**TƯ VẤN KHHGĐ  
CÁC PHƯƠNG PHÁP TRÁNH THAI**

**1. ĐẠI CƯƠNG**

**Kế hoạch hoá gia đình** là việc lập kế hoạch khi nào có em bé, và việc sử dụng kỹ thuật kiểm soát sinh sản và các kỹ thuật khác để thực hiện các kế hoạch đó.

**Vai trò của tư vấn KHHGĐ:**

Giúp khách hàng chọn đúng một BPTT và sử dụng đúng biện pháp đã chọn.

Giúp tăng tỷ lệ tiếp tục sử dụng và hạn chế bỏ cuộc.

Giúp tăng tỷ lệ sử dụng BPTT.

Góp phần tăng cường sức khỏe và giảm chi phí chương trình KHHGĐ.

Hiểu rõ và thực hành tình dục an toàn sẽ góp phần giảm nguy cơ mang thai ngoài ý muốn và NKLTQĐTD.

**PHƯƠNG PHÁP TRÁNH THAI**

**Tránh thai** được định nghĩa là hành động có chủ ý dùng các biện pháp nhân tạo hay các kỹ thuật để ngăn ngừa mang thai - hậu quả của giao hợp.

Mỗi phương pháp được đặc trưng bằng:

1. Tính hiệu quả

2. Tính an toàn

Theo WHO, tính an toàn được xếp theo các mức độ giới hạn việc dùng:

**Loại 1**: Có thể dùng mà không có vấn đề lo ngại.

**Loại 2**: Có thể dùng, bởi lợi ích tránh thai là vượt trội so với các nguy cơ lý thuyết có thể có.

**Loại 3**: Một cách tổng quát, sự tồn tại của nguy cơ về mặt lý thuyết là lớn hơn lợi ích tránh thai của phương pháp.

**Loại 4**: Nguy cơ khi dùng trong điều kiện đó là rõ ràng, không nên dùng phương pháp này cho người dùng cụ thể đó.

3. Tính kinh tế.

4. Khả năng chấp nhận của người dùng cụ thể.

**2. CÁC PHƯƠNG PHÁP TRÁNH THAI**

**2.1 Phân loại**

**Phương pháp tránh thai vĩnh viễn**

Triệt sản nam.

Triệt sản nữ.

**Phương pháp tránh thai tạm thời**

*Nam*

Bao cao su.

Xuất tinh ngoài âm đạo.

*Nữ*

Thuốc nội tiết.

Dụng cụ tử cung.

Tính ngày rụng trứng.

Rào cản vật lý- hóa học.

**2.2. Phương pháp tránh thai vĩnh viễn**

Làm gián đoạn vận chuyển của giao tử, làm cho chúng không thể tiếp cận nhau 🡪 không xảy ra hiện tượng thụ tinh.

*Gồm có:*

1. Cắt thắt ống dẫn trứng.

2. Cắt thắt ống dẫn tinh.

An toàn và hiệu quả tránh thai cao.

Được dùng khi người dùng quyết định dừng hẳn việc có thêm con.

Nếu muốn có con lại nên nghĩ đến thụ tinh trong ống nghiệm.