

Các phương pháp tránh thai rào chắn

Bao cao su nam, bao cao su nữ, thuốc diệt tinh trùng

Âu Nhựt Luân

Mục tiêu bài giảng

Sau khi học xong, sinh viên có khả năng:

1. Liệt kê được 2 nhóm tránh thai rào chắn chính
2. Phân tích được tính hiệu quả của tránh thai rào chắn
3. Phân tích được tính an toàn của tránh thai rào chắn
4. Hướng dẫn được cách tránh thai bằng bao cao su nam
5. Hướng dẫn được cách tránh thai bằng bao cao su nữ

Dù có hiệu quả tương đối hạn chế, nhưng tránh thai bằng các phương pháp rào chắn (barrier) vẫn là một phương pháp thông dụng, do chúng có thể được dùng một cách tình huống. Bao cao su nam và nữ là các phương pháp tránh thai duy nhất có thể tránh được các bệnh nhiễm trùng lây qua đường tình dục (Sexually Transmissible Infections) (STIs).

Bài giảng này đề cập đến bao cao su dành cho nam, bao cao su dành cho nữ, các chế phẩm diệt tinh trùng.

Đặc điểm chung của các phương pháp tránh thai bằng rào chắn là chúng được dùng trong tiến trình giao hợp.

Tránh thai bằng phương pháp rào chắn dùng để chỉ một nhóm lớn gồm nhiều phương pháp khác nhau: màng chắn âm đạo, mũ chụp cổ tử cung, bao cao su dành cho nam, bao cao su dành cho nữ, các chế phẩm diệt tinh trùng... Chúng có chung một đặc điểm là được dùng trong tiến trình giao hợp.

Bao cao su nam và nữ là các màng chắn ngăn không cho tinh trùng xâm nhập vào đường sinh dục nữ.

Condom dành cho nam là một túi trùm ôm khít dương vật đang ở trạng thái cương, nhằm ngăn cản tinh trùng được phóng vào đường sinh dục nữ.

Do condom thường được làm bằng cao su, nên thường được gọi là bao cao su. Nhiều loại condom được làm với nguyên liệu khác như chất dẻo tổng hợp.

Condom làm bằng cao su có ưu điểm là độ đàn hồi cao nên ít bị tụt khi dùng, giá thành rẻ.

Nhược điểm của condom làm bằng cao su là có mùi khó chịu, có thể gây dị ứng, độ bền nhiệt kém nên khó bảo quản và có thể bị hư hỏng khi tiếp xúc với chất bôi trơn, đặc biệt là chất bôi trơn nền dầu.

Condom làm bằng chất dẻo tổng hợp có nhiều ưu điểm như không có mùi khó chịu, không gây dị ứng, có độ bền nhiệt cao hơn cao su, dễ bảo quản, đồng thời có thể dùng được chung với các chất khác như dung dịch bôi trơn nền dầu, thuốc diệt tinh trùng.

Nhược điểm lớn nhất của bao bằng chất dẻo tổng hợp là tính đàn hồi không cao, do đó dễ xảy ra sự cố bị tụt bao.

Người dùng cũng thường than phiền rằng bao làm bằng chất dẻo tổng hợp có làm giảm cảm giác khi giao hợp.

Condom nữ là một túi chắn làm với một đầu kín, được đặt vào âm đạo, nhằm ngăn cản tinh trùng xâm nhập vào đường sinh dục nữ. Túi thường được làm bằng cao su nhân tạo (nitrile), có 2 vòng đàn hồi ở 2 đầu cùng.

Gần đây, người ta có xu hướng chế tạo condom nữ bằng cao su tự nhiên, với mục đích làm giảm “tiếng ồn ào” khi giao hợp, là một nhược điểm cố hữu của màng chắn âm đạo nữ làm bằng cao su nhân tạo.



Hình 1a: (trên, trái) Màng chắn âm đạo

Màng có nhiều kích cỡ và hình dạng, phù hợp cho từng cá thể.

Hiệu quả của màng chắn âm đạo thấp hơn của bao cao su nữ do khả năng cách ly kém hơn bao cao su.

Hình 1b: (trên, phải) Mũ chụp cổ tử cung

Hiệu quả của mũ chụp cổ tử cung thấp hơn của bao cao su nữ do khả năng cách ly kém hơn bao cao su.

Hình 1c: (dưới, trái) Condom nữ

Được làm bằng chất dẻo tổng hợp. Đầu trong kín. Đầu ngoài mở.

Hình 1d: (dưới, phải) Bọt biển có chứa thuốc diệt tinh trùng

Là phối hợp giữa màng ngăn âm đạo và thuốc diệt tinh trùng.

Nguồn: collegetimes.com (1a) wikipedia.org (1b), wordpress.com (1c), pooyingnaka.com (1d)

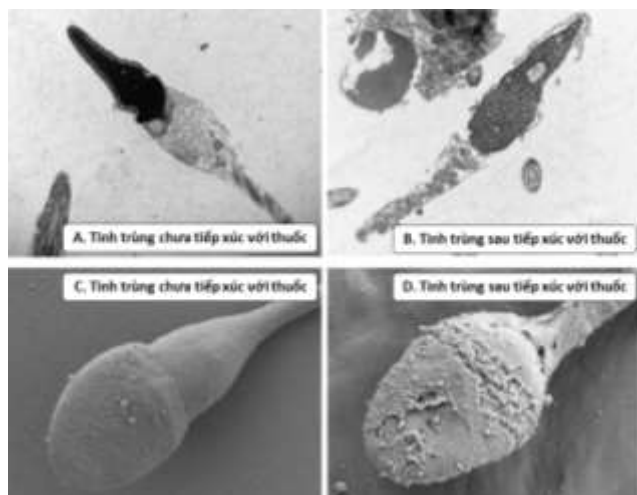
Thuốc diệt tinh trùng có tác dụng làm bất hoạt khả năng của tinh trùng khi xâm nhập đường sinh dục nữ.

Nhiều hóa chất đã được dùng như chất diệt tinh trùng. Mỗi hóa chất có cơ chế tác dụng khác nhau, và do đó có hướng dẫn sử dụng khác nhau. Nonoxynol-9 hoặc benzalkonium chloride là 2 hóa chất thường dùng nhất.

Nonoxynol-9 làm thay đổi cấu trúc màng acrosome, đồng thời làm tinh trùng mất khả năng xâm nhập đường sinh dục nữ.

Benzalkonium chloride tạo ra một màng chắn cation, bao phủ toàn bộ âm đạo, làm hư hoại cấu trúc màng tinh trùng, gây mất khả năng di chuyển và thụ tinh.

Tác dụng của chúng trên các vi sinh gây STIs chưa được chứng minh. Chúng không được xem là có hiệu quả phòng tránh STIs.



Hình 2: Tác động của thuốc diệt tinh trùng
Thuốc diệt tinh trùng không giết chết tinh trùng, mà chỉ làm cho tinh trùng không còn năng lực thụ tinh cho noãn.
Thuốc diệt tinh trùng chủ yếu tác động trên acrosome của tinh trùng.

Hình 2a, 2c: Ảnh quét trên kính hiển vi điện tử cho thấy tinh trùng với acrosome bình thường khi chưa tiếp xúc với thuốc.

Hình 2b, 2d: Ảnh quét trên kính hiển vi điện tử cho thấy cấu trúc acrosome bị hủy hoại gần như hoàn toàn sau khi tiếp xúc với thuốc.

Nguồn: journals.plos.org

Hiệu quả lý thuyết của các biện pháp tránh thai bằng rào chắn không cao.

Hiệu quả của chúng còn bị ảnh hưởng bởi tính lệ thuộc rất nhiều vào người dùng, cách dùng.

Condom nam có PI lý thuyết # 2, và PI thực tế # 15 HWY.

Condom nữ có PI lý thuyết và thực tế lần lượt là 5 HWY và 21 HWY.

Các hóa chất diệt tinh trùng có PI thay đổi tùy theo loại hóa chất, nhưng thường rất cao # trên 20 HWY.

Sự chênh lệch rất lớn giữa PI lý thuyết và PI thực tế thể hiện ảnh hưởng rất lớn của sự tuân thủ thực hiện của người dùng lên hiệu quả của phương pháp.

Các yếu tố làm giảm mạnh hiệu quả của condom nam như bắt đầu mang bao muộn, rút dương vật ra muộn khi dương vật đã mềm và nhỏ lại gây trào ngược tinh dịch khỏi bao, phối hợp với các tác nhân làm hỏng cao su và gây vỡ bao như chất bôi trơn nền dầu, bảo quản bao không tốt....

Trào ngược hoặc dây dính tinh dịch cũng là các yếu tố làm giảm mạnh hiệu quả của condom nữ.

Hiệu quả của thuốc diệt tinh trùng thay đổi mạnh theo sự tuân thủ. Khoảng cách từ thời điểm dùng thuốc cho đến khi có hành vi giao hợp, tương tác với các chất khác như

xà phòng, chất bôi trơn làm giảm mạnh hiệu quả của phương pháp này.

Màng chắn là phương pháp tránh thai duy nhất có thể ngăn được STIs.

Không ảnh hưởng bất lợi trên toàn thân, chỉ dùng khi có quan hệ tình dục là các ưu điểm mà các phương pháp khác không có được.

Tuy nhiên, các lợi ích này không đủ để bù đắp lại hiệu quả tránh thai không cao của phương pháp.

Yếu tố quan trọng nhất giúp condom nam và nữ chiếm một vị trí quan trọng trong thái độ thực hành tránh thai là khả năng phòng được các bệnh nhiễm trùng lây qua đường tình dục.

Các thăm dò ý kiến người dùng xác nhận nhận định này. Kết quả thăm dò cho biết rằng lý do chính khiến một cặp vợ chồng không dùng bao cao su để tránh thai là (1) họ đảm bảo rằng không có các quan hệ tình dục ngoài hôn nhân, (2) họ chắc chắn rằng ở họ, nguy cơ có bệnh lây qua đường tình dục đã được loại trừ.

Hiện nay, không đủ bằng chứng để kết luận rằng các thuốc diệt tinh trùng có thể giúp phòng tránh STIs.

Người dùng các biện pháp rào chắn cần phải tuân thủ cách thực hiện, đồng thời biết rõ phương pháp xử lý sự cố.

Khi dùng condom nam cần chú ý tuân thủ các bước sau

1. Kiểm tra tình trạng bao bì trước khi dùng, không dùng condom không được bảo quản đúng cách hoặc condom chứa trong bao bì bị hỏng
2. Phải bắt đầu mang condom khi dương vật đã cương hoàn toàn, trước khi có mọi tiếp xúc sinh dục-sinh dục
3. Bóp nhẹ túi khí ở đầu cùng condom khi mang
4. Bao cao su phải bao trùm toàn bộ dương vật cho đến tận gốc của dương vật
5. Phải rút dương vật ra khỏi âm đạo ngay sau khi xuất tinh, đồng thời giữ chặt miệng bao để tránh tụt bao và trào ngược tinh dịch
6. Kiểm tra xem bao có bị vỡ hay thủng hay không
7. Cột thắt bao lại và vất vào thùng rác. Tuyệt đối không tái sử dụng bao

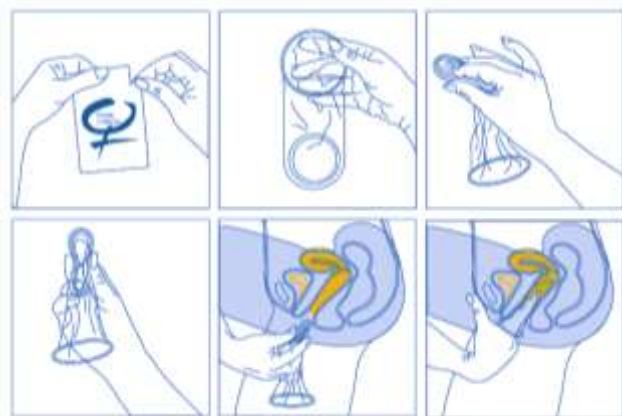


Hình 3: Hình minh họa để dùng khi hướng dẫn người dùng về cách mang bao cao su nam.

Nguồn: euroclinix.net

Khi dùng condom nữ cần chú ý tuân thủ các bước sau

1. Kiểm tra tình trạng bao bì trước khi dùng, không dùng femidom không được bảo quản đúng cách hoặc femidom chứa trong bao bì bị hỏng
2. Phải đưa femidom vào vị trí trước khi thực hiện mọi tiếp xúc sinh dục-sinh dục
3. Bóp nhỏ đầu trong của femidom bằng 2 ngón tay, đưa vào đầu trong đến sâu nhất có thể được.
4. Cho ngón tay vào lòng bao, đẩy vòng trong đến mức sâu nhất có thể được
5. Phần ngoài âm hộ của femidom sẽ che một phần của âm hộ
6. Sau xuất tinh, xoắn miệng ngoài trước khi rút bao khỏi âm đạo.
7. Kiểm tra xem bao có bị vỡ hay thủng hay không
8. Cột thắt bao lại và vất vào thùng rác. Tuyệt đối không tái sử dụng bao



Hình 4: Hình minh họa để dùng khi hướng dẫn người dùng về cách sử dụng femidom.
Nguồn: euroclinx.net

Các sự cố thường thấy khi dùng condom là:

1. Tụt bao
2. Vỡ bao hay rò rỉ
3. Trào ngược tinh dịch

Nếu nghi ngờ có sự cố, và nếu sự cố này xảy ra vào thời điểm có nguy cơ có thai thì nên khuyên người dùng sử dụng biện pháp tránh thai khẩn cấp để thực hiện back-up.

TÀI LIỆU ĐỌC THÊM

1. Obstetrics and gynecology 7th edition. Tác giả Beckmann. Hợp tác xuất bản với ACOG. Nhà xuất bản Wolters Kluwer Health 2014.

TÀI LIỆU THAM KHẢO CHÍNH

1. World Health Organization: Medical eligibility criteria for contraceptive use. Fifth edition, 2015.
http://www.who.int/reproductivehealth/publications/family_planning/MEC-5/en/

Với các thuốc diệt tinh trùng, mỗi thương phẩm có cách dùng rất khác nhau, tùy thuộc vào hoạt chất và tùy thuộc vào dạng trình bày.

Khi dùng thuốc diệt tinh trùng, phải tuân thủ tuyệt đối hướng dẫn cụ thể cho thương phẩm có ghi trên bao bì.

Có thể lấy một ví dụ như trường hợp dùng viên đặt Belzalkonium Chloride hoạt động bằng cách tạo ra một màng cation bao phủ khắp bề mặt âm đạo.

Viên chứa benzalkonium phải được đặt vào âm đạo ít nhất 30 phút trước khi giao hợp để có thể tạo được một màng ngăn NH_4^+ . Trước và sau khi giao hợp, không được rửa bằng xà phòng vì xà phòng phá hủy cấu trúc của màng NH_4^+ , lan tỏa dây chuyền vào trong.

Theo WHO, phần lớn các rào chắn được xếp loại 1. Rất hiếm khi bị giới hạn sử dụng ở loại 3-4

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (2015) ¹, các yếu tố giới hạn việc dùng của các biện pháp rào chắn gồm:

Loại 4 (không được dùng trong mọi điều kiện, do nguy cơ đã xác định):

- Thuốc diệt tinh trùng và mũ chụp cổ tử cung: nguy cơ cao nhiễm HIV

Loại 3 (không nên dùng do nguy cơ lý thuyết là lớn, lớn hơn lợi ích được mong đợi ở phương pháp):

- Người nhiễm HIV không triệu chứng hay có triệu chứng ở mọi giai đoạn không nên dùng mũ chụp cổ tử cung hay thuốc diệt tinh trùng do có thể gây trầy xước niêm mạc, làm tăng nguy cơ lây nhiễm cho bạn tình HIV (-).
- Người đang điều trị ARVs không nên dùng mũ chụp cổ tử cung hay thuốc diệt tinh trùng. Cho dù không có chứng cứ về tương tác giữa ARVs và rào chắn, nhưng do tình trạng nhiễm HIV ở các người dùng này đã bị xếp loại 3, nên dùng ARVs được xếp loại 3
- Dị ứng với latex, dị ứng với thuốc diệt tinh trùng.

¹ World Health Organization: Medical eligibility criteria for contraceptive use. Fifth edition, 2015. Trang 214-225.

http://www.who.int/reproductivehealth/publications/family_planning/MEC-5/en/