

Hiểu biết về chăm sóc sức khỏe sinh sản của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại cộng đồng

(Nghiên cứu trường hợp Hà Nội)

Đoàn Kim Thắng

Viện Xã hội học

Tóm tắt: Bài viết này được xây dựng trên cơ sở nguồn số liệu của đề tài: “Điều tra thực trạng cung ứng dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại cộng đồng ở Hà Nội” do Chi cục Dân số - KHHGĐ thành phố Hà Nội tiến hành năm 2008 nhằm tìm hiểu các kiến thức của phụ nữ về sức khỏe sinh sản để có những cung ứng dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản phù hợp cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại cộng đồng. Mặc dù phụ nữ quanh tuổi mãn kinh có nguy cơ cao đối với bệnh tật do tình trạng thiếu hụt estrogen và gánh nặng của tuổi tác nhưng nhận thức của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại các địa bàn khảo sát còn khá hạn chế. Sự khác biệt về nhận thức có liên quan đến độ tuổi, nghề nghiệp, trình độ học vấn của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh cho thấy cần phải tăng cường công tác truyền thông, nâng cao kiến thức về các lĩnh vực chăm sóc sức khỏe cho nhóm đối tượng này ở các cấp độ khác nhau và nhóm tuổi cụ thể khác nhau.

Từ khóa: Phụ nữ tuổi mãn kinh; Sức khỏe sinh sản phụ nữ tuổi mãn kinh; Chăm sóc sức khỏe sinh sản.

Giới thiệu

Từ sau hội nghị Quốc tế đầu tiên về chủ đề phụ nữ tiền mãn kinh được tổ chức tại Pháp năm 1976, vấn đề phụ nữ tiền mãn kinh ngày càng được

đồng đảo các nhà khoa học và người làm công tác chăm sóc sức khỏe sinh sản chú ý. Đặc biệt tại hội nghị Dân số và Phát triển tổ chức tại Cai Rô (Ai Cập, 1994), lĩnh vực sức khỏe sinh sản, trong đó có các vấn đề sức khỏe sinh sản phụ nữ đã được đề cập một cách toàn diện và các can thiệp đã bao gồm mọi lứa tuổi, kể cả tuổi mãn kinh.

Ở Việt Nam, theo số liệu điều tra chưa đầy đủ của Bộ Y tế, năm 2000 có khoảng 5,2 triệu phụ nữ mãn kinh, chiếm 9% tổng dân số quốc gia. Tuổi thọ trung bình của phụ nữ năm 1999 theo Tổng điều tra dân số là 71,1 tuổi, có nghĩa có nhiều phụ nữ trải qua thời kỳ hậu mãn kinh và thời gian sống sau mãn kinh ngày càng dài, chiếm khoảng từ 1/3 đến 1/4 cuộc đời người phụ nữ. Về mặt xã hội, những phụ nữ mãn kinh vẫn đang là lực lượng lao động quan trọng trong xã hội và giữ vai trò hạt nhân trong gia đình.

Theo số liệu thống kê trong một công trình nghiên cứu của tác giả Phạm Thị Minh Đức (2000) thì Hà Nội trong giai đoạn 1990 – 1999 có 1.856 phụ nữ tuổi mãn kinh. Trong thời kỳ mãn kinh, cơ thể người phụ nữ có nhiều biến động về nội tiết tố, đặc biệt là tình trạng thiếu hụt estrogen, có thể gây nên những biến đổi về tâm lý, rối loạn vận mạch, khó khăn trong quan hệ tình dục, nguy cơ loãng xương, xơ vữa. Về mặt xã hội, chăm sóc sức khỏe sinh sản phụ nữ quanh tuổi mãn kinh là cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản cần thiết theo nhu cầu của người phụ nữ quanh tuổi mãn kinh.

Tại Việt Nam, trong khoảng 10 năm gần đây, các nghiên cứu về phụ nữ mãn kinh bắt đầu được sự quan tâm của các nhà khoa học. Tuy nhiên các công trình này cũng mới dừng lại ở việc nghiên cứu một số khía cạnh y học của sức khỏe sinh sản phụ nữ thời kỳ mãn kinh, chưa đề cập đến lĩnh vực cung ứng dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh và nhu cầu về các dịch vụ này của người phụ nữ. Vì vậy, việc tìm hiểu các kiến thức của phụ nữ về sức khỏe sinh sản để có những cung ứng dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản phù hợp cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại cộng đồng là hết sức có ý nghĩa cả về mặt khoa học và thực tiễn. Bài viết này được xây dựng trên cơ sở nguồn số liệu đề tài: “Điều tra thực trạng cung ứng dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại cộng đồng ở Hà Nội” do Chi cục Dân số - KHHGD thành phố Hà Nội tiến hành năm 2008. Số lượng phụ nữ được phỏng vấn bằng bảng hỏi định lượng bao gồm 300 phụ nữ độ tuổi 45- 60 tuổi tại 5 xã/phường thuộc các quận Hai Bà Trưng, Tây Hồ, Long Biên và huyện Gia

Lâm, Từ Liêm, Hà Nội.

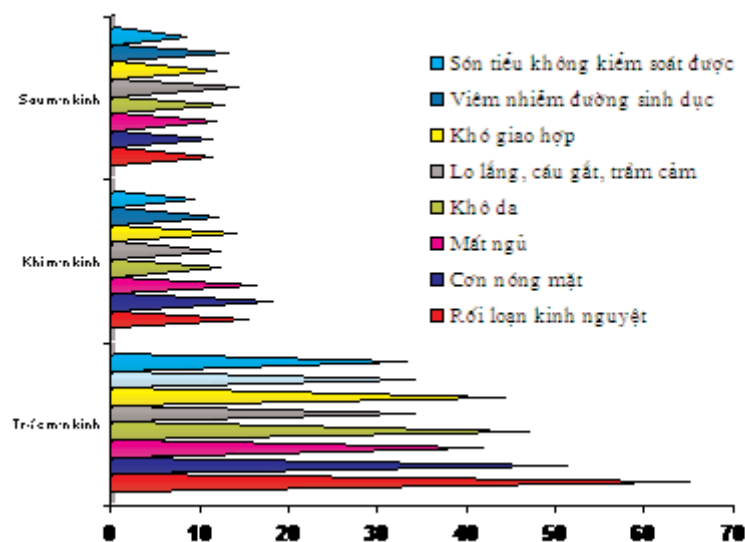
1. Hiểu biết về các vấn đề sức khỏe sinh sản quanh tuổi mãn kinh của phụ nữ

Sự hiểu biết của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh

Các triệu chứng và biểu hiện liên quan tới thời kỳ mãn kinh có ảnh hưởng rất nhiều tới chất lượng cuộc sống của phụ nữ. Các triệu chứng được các nhà khoa học phân chia theo 11 triệu chứng với 4 cấp độ nặng, nhẹ thể hiện theo 3 nhóm là: các vấn đề liên quan đến vận mạch; các vấn đề về thân thể; và các vấn đề về tâm lý.

Kết quả cho thấy đa số phụ nữ được hỏi có nhận thức tốt về một số biểu hiện của sức khỏe xung quanh tuổi mãn kinh. Có 83,7% phụ nữ được hỏi có hiểu biết về các biểu hiện này. Tuy nhiên kết quả khảo sát cũng cho thấy còn 16,3% phụ nữ được hỏi cho biết rằng họ không biết những biểu hiện về sức khỏe quanh thời kỳ mãn kinh. Đây là vấn đề rất cần có sự quan tâm của các cơ quan truyền thông về chăm sóc sức khỏe cho phụ nữ nói chung và đối tượng quanh tuổi mãn kinh nói riêng.

Biểu 1. Hiểu biết của phụ nữ về một số biểu hiện xung quanh thời kỳ mãn kinh



Những biểu hiện trước, trong và sau thời kỳ mãn kinh mà những phụ nữ được hỏi nhận biết được đó là: rối loạn kinh nguyệt, nóng mặt, mất ngủ, da khô, lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm, khó giao hợp, dễ bị viêm đường sinh dục hay són tiểu không kiểm soát được...Tuy nhiên, những hiểu biết về các biểu hiện này là khác nhau qua các thời kỳ và qua mỗi biểu hiện của thời kỳ mãn kinh. Các phụ nữ được hỏi thường tìm hiểu và biết được các biểu hiện trước thời kỳ mãn kinh là chủ yếu, còn trong và sau thời kỳ mãn kinh thì ít phụ nữ quan tâm đến các vấn đề này.

Đa số phụ nữ được hỏi có tỷ lệ hiểu biết cao nhất về “rối loạn kinh nguyệt trước mãn kinh” (65,0%); tiếp đến là “cơn nóng mặt” (51,3%); “da khô” (47,0%); “khó giao hợp” (44,3%); “hay mất ngủ” (41,7%); “dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục và về lo lắng, cáu gắt, trầm cảm trong thời kỳ mãn kinh” (34,0%); và 33,3% số phụ nữ hiểu biết về “són tiểu không kiểm soát được”. Như vậy, hiểu biết của phụ nữ về những biểu hiện xung quanh thời kỳ mãn kinh còn hạn chế nhất là trong và sau thời kỳ mãn kinh.

Khi xem xét hiểu biết của phụ nữ trong tương quan giữa các nhóm tuổi, kết quả khảo sát cho thấy có những khác biệt giữa các nhóm tuổi với các biểu hiện về sức khỏe của phụ nữ xung quanh tuổi mãn kinh. Các biểu hiện dễ nhận biết về sức khỏe mà phụ nữ được hỏi ở độ tuổi 45 – 55 tuổi cho biết là: “rối loạn kinh nguyệt” (39,1%); “cơn bốc nóng mặt” (32,4%); “khó giao hợp” (40,0%); “bị viêm nhiễm đường sinh dục” (40,0%)...Đối với lứa tuổi từ 56 – 65 tuổi thì 63,0% số người được hỏi có nhận biết về “sót tiểu không kiểm soát được”; “khó giao hợp” (63,9%); “da khô” (66,7%); “mất ngủ” (64,8%)... Ở những độ tuổi từ 65 trở lên, dường như các phụ nữ được hỏi ít để ý hoặc ít quan tâm đến các biểu hiện của phụ nữ tuổi mãn kinh, nên các nhận thức của họ về sức khỏe trong thời kỳ này còn là một lỗ hổng đáng kể.

Xem xét tương quan giữa trình độ học vấn và sự hiểu biết của phụ nữ được hỏi về thời kỳ quanh tuổi mãn kinh cũng cho thấy sự khác biệt của phụ nữ ở các nhóm học vấn khác nhau. Kết quả khảo sát cho thấy nhóm phụ nữ có trình độ cấp II trở lên có tỷ lệ nhận thức cao hơn về các biểu hiện của phụ nữ thời kỳ quanh tuổi mãn kinh. Có khoảng 1/2 phụ nữ được hỏi có trình độ học vấn cấp II nêu được các biểu hiện của phụ nữ thời kỳ quanh tuổi mãn kinh như: “rối loạn kinh nguyệt khi mãn kinh” (50%); “rối loạn kinh nguyệt sau mãn kinh” (51,3%). Các biểu hiện về “nóng mặt”, “mất ngủ trước và sau mãn kinh” được các phụ nữ nhóm học vấn từ cấp III trở lên nhận biết nhiều hơn (Bảng 1).

Bảng 1. Tương quan giữa trình độ học vấn và sự hiểu biết của phụ nữ thời kỳ quanh tuổi mãn kinh (%)

	Không biết chữ	Cấp I	Cấp II	Cấp III	Đại học	Trên ĐH
1. Sự hiểu biết về một số biểu hiện của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh	0,4	4,8	50,2	34,7	8,4	1,6
2. Sự hiểu biết rối loạn kinh nguyệt trước mãn kinh	0,0	4,1	47,7	37,4	9,2	1,5
3. Sự hiểu biết rối loạn kinh nguyệt khi mãn kinh	0,0	2,2	50,0	39,1	6,5	2,2
4. Sự hiểu biết rối loạn kinh nguyệt sau mãn kinh	2,6	5,1	51,3	33,3	7,7	0,0
5. Sự hiểu biết cơn bốc nóng mặt trước mãn kinh	0,0	5,2	42,2	40,9	9,1	2,6
6. Sự hiểu biết cơn bốc nóng mặt mãn kinh	0,0	5,1	33,3	48,1	14,8	0,0
7. Sự hiểu biết cơn bốc nóng mặt sau mãn kinh	2,9	2,9	29,4	55,9	8,8	0,0
8. Sự hiểu biết về việc hay mất ngủ trước mãn kinh	0,0	5,6	45,6	39,2	8,0	1,6
9. Sự hiểu biết về việc hay mất ngủ khi mãn kinh	0,0	2,2	26,5	59,2	10,2	2,0
10. Sự hiểu biết về việc hay mất ngủ sau mãn kinh	2,9	2,9	28,6	57,1	8,6	0,0
11. Sự hiểu biết về da khô trước mãn kinh	0,0	6,4	47,5	39,0	7,1	0,0
12. Sự hiểu biết về da khô khi mãn kinh	0,0	5,4	37,8	43,2	13,5	0,0
13. Sự hiểu biết về da khô sau mãn kinh	2,6	5,3	28,9	44,7	17,4	7,9
14. Sự hiểu biết về việc lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm trước mãn kinh	0,0	4,9	45,6	45,6	9,7	1,0
15. Sự hiểu biết về việc lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm khi mãn kinh	0,0	5,4	43,2	32,4	19,4	5,6
16. Sự hiểu biết về việc lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm sau mãn kinh	2,3	0,0	34,9	46,5	11,6	4,8
17. Sự hiểu biết về việc khó giao hợp trước mãn kinh	0,0	4,5	45,9	39,1	9,8	0,8
18. Sự hiểu biết về việc khó giao hợp khi mãn kinh	0,0	0,0	35,7	47,6	14,3	2,4
19. Sự hiểu biết về việc khó giao hợp sau mãn kinh	2,9	2,9	28,6	54,3	5,7	5,7
20. Sự hiểu biết về việc dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục trước mãn kinh	0,0	6,9	47,1	38,2	7,8	0,0
21. Sự hiểu biết về việc dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục khi mãn kinh	0,0	2,8	38,9	33,3	19,4	5,6
22. Sự hiểu biết về việc dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục sau mãn kinh	2,5	2,5	40,0	35,0	15,0	5,0
23. Sự hiểu biết về són tiểu không kiểm soát được trước mãn kinh	0,0	5,0	49,0	37,0	9,0	0,0
24. Sự hiểu biết về són tiểu không kiểm soát được khi mãn kinh	0,0	2,5	35,0	45,0	15,0	2,5
25. Sự hiểu biết về són tiểu không kiểm soát được sau mãn kinh	3,6	0,0	32,1	46,4	14,3	3,6

Bảng 2. Tương quan giữa nghề nghiệp với sự hiểu biết của phụ nữ (%)

	Nông dân	Công nhân	CB đoàn thể	CB nhà nước	Buôn bán dịch vụ	Hưu trí	Khác
1. Hiểu biết về một số biểu hiện của FN quanh tuổi mãn kinh	47,0	12,4	10,0	6,7	3,2	14,3	6,4
2. Hiểu biết rối loạn kinh nguyệt trước mãn kinh	42,6	13,3	10,8	8,7	2,6	15,4	6,7
3. Hiểu biết rối loạn kinh nguyệt mãn kinh	37,0	10,9	19,6	2,2	2,2	21,7	6,5
4. Hiểu biết rối loạn kinh nguyệt sau mãn kinh	38,5	10,3	23,1	0,0	0,0	20,5	7,7
5. Hiểu biết cơn bốc nóng mặt trước mãn kinh	41,6	14,3	10,4	7,8	1,9	17,5	6,5
6. Hiểu biết cơn bốc nóng mặt khi mãn kinh	27,8	16,7	14,8	9,3	5,6	16,7	9,3
7. Hiểu biết cơn bốc nóng mặt sau mãn kinh	26,5	11,8	23,5	2,9	0,0	20,6	14,7
8. Hiểu biết về việc hay mất ngủ trước mãn kinh	41,6	11,8	11,2	8,8	1,6	16,0	6,4
9. Hiểu biết về việc hay mất ngủ khi mãn kinh	28,6	20,4	16,3	8,2	2,0	18,4	6,1
10. Hiểu biết về việc hay mất ngủ sau mãn kinh	22,9	17,1	22,9	5,7	2,9	17,1	11,4
11. Hiểu biết về da khô trước mãn kinh	47,5	14,2	8,5	5,7	3,5	12,8	7,8
12. Hiểu biết về da khô khi mãn kinh	37,8	18,9	2,7	10,8	0,0	21,6	-
13. Hiểu biết về da khô sau mãn kinh	28,9	10,5	7,9	10,5	2,6	28,9	10,5
14. Hiểu biết về lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm trước mãn kinh	48,5	10,7	10,7	9,7	1,9	11,7	6,8
15. Sự hiểu biết về việc lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm khi mãn kinh	48,6	10,8	2,7	13,5	2,7	16,2	5,4
16. Sự hiểu biết về việc lo lắng, dễ cáu gắt, trầm cảm sau mãn kinh	25,6	14,0	23,3	4,7	2,3	23,3	7,0
17. Sự hiểu biết về việc khó giao hợp trước mãn kinh	45,1	11,3	10,5	9,8	3,0	14,3	7,8
18. Sự hiểu biết về việc khó giao hợp khi mãn kinh	33,3	7,1	17,1	5,7	0,0	25,7	5,7
19. Sự hiểu biết về việc khó giao hợp sau mãn kinh	37,1	8,6	17,1	5,7	0,0	25,7	5,7
20. Sự hiểu biết về việc dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục trước mãn kinh	43,1	13,7	12,7	5,9	2,9	13,7	7,8
21. Sự hiểu biết về việc dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục khi mãn kinh	47,2	5,6	2,8	19,4	0,0	19,4	5,6
22. Sự hiểu biết về việc dễ bị viêm nhiễm đường sinh dục sau mãn kinh	17,5	15,0	7,5	12,5	5,0	22,5	10,0
23. Sự hiểu biết về sốn tiểu không kiểm soát được trước mãn kinh	50,0	10,0	11,0	7,0	1,0	13,0	8,0
24. Sự hiểu biết về sốn tiểu không kiểm soát được khi mãn kinh	37,5	10,0	25,0	15,0	0,0	10,0	2,5

Khi xem xét tương quan giữa nghề nghiệp với nhận thức về các biểu hiện của phụ nữ thời kỳ quanh tuổi mãn kinh, số liệu cho thấy nhóm nông dân có tỷ lệ hiểu biết cao nhất. Nhận thức về các biểu hiện này thấp nhất ở nhóm buôn bán, dịch vụ. Ví dụ, có 42,6% nữ nông dân biết về rối loạn kinh nguyệt trước mãn kinh, trong khi chỉ có 13,3% công nhân, 8,7% cán bộ công chức và 2,6% nông dân có hiểu biết về việc này (Bảng 2). Phải chăng thời gian vừa qua công tác tuyên truyền về SKSS tại nông thôn đã được triển khai tốt và có hiệu quả, nên số đông phụ nữ nông dân đã có những kiến thức tốt về sức khỏe sinh sản phụ nữ quanh tuổi mãn kinh hoặc do sự thiếu quan tâm của các nhóm phụ nữ khác nên có sự chênh lệch đáng kể về vấn đề này giữa các nhóm phụ nữ?

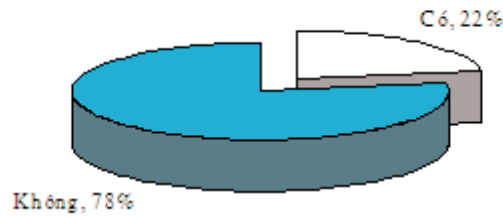
Những khác biệt đáng kể giữa các nhóm tuổi, nhóm học vấn và nhóm nghề nghiệp về hiểu biết các biểu hiện thời kỳ quanh tuổi mãn kinh của phụ nữ Hà Nội là một gợi ý cần thiết để ngành Dân số - KHHGD Hà Nội cần có sự tăng cường công tác thông tin, truyền thông kịp thời hơn về các vấn đề sức khỏe sinh sản cho các đối tượng phụ nữ ở các độ tuổi khác nhau, nhất là phụ nữ quanh tuổi mãn kinh.

2. Quan hệ tình dục trong thời kỳ mãn kinh

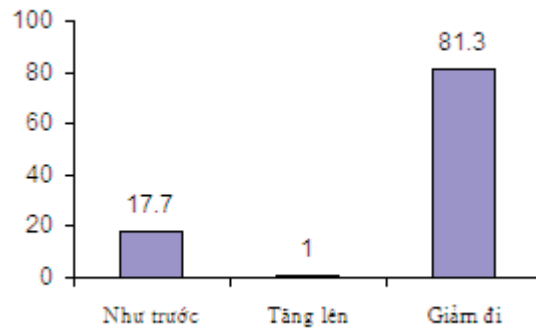
Đa số phụ nữ thời kỳ tiền mãn kinh có nhu cầu tình dục ít hơn so với thời trẻ tuổi. Nguyên nhân là thời gian cần thiết để đạt đến “cao trào” khi sinh hoạt tình dục kéo dài do tuổi tác. Tuy nhiên, nhiều nghiên cứu cũng cho rằng khi bước vào giai đoạn mãn kinh, không ít nữ giới lại cảm thấy nhu cầu tình dục tăng lên. Họ thoải mái hơn vì không sợ mang thai, chẳng cần tính toán chu kỳ rụng trứng, không phải chịu sự quấy rầy của con cái...

Thực tế khảo sát phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại Hà Nội cho thấy tỷ lệ phụ nữ quanh tuổi mãn kinh cho biết quan điểm về quan hệ tình dục thời kỳ mãn kinh là bình thường chiếm 71,7% (Biểu 2). Trong số những phụ nữ được hỏi về việc sinh hoạt tình dục thì 77,7% nói rằng “vẫn sinh hoạt tình dục ở tuổi mãn kinh” và chỉ có 22,3% “không còn sinh hoạt tình dục” nữa và số phụ nữ này ở nhóm tuổi từ 65 tuổi trở lên. Nhận xét về mức độ sinh hoạt tình dục trong thời kỳ quanh tuổi mãn kinh, phụ nữ được hỏi cũng cho rằng mức độ sinh hoạt tình dục của họ giảm đi (81,3%) và chỉ có số ít là vẫn giữ được sinh hoạt tình dục như trước (17,7%) và chỉ có 1,0% nói rằng sinh hoạt tình dục của họ tăng hơn trước (Biểu 3). Nếu xem xét tương quan giữa tuổi của phụ nữ với sinh hoạt tình dục thì thấy rõ đa

Biểu 2. Việc sinh hoạt tình dục của phụ nữ xung quanh thời kỳ mãn kinh (%)



Biểu 3. Mức độ sinh hoạt tình dục của phụ nữ xung quanh thời kỳ mãn kinh (%)



số phụ nữ trong độ tuổi mãn kinh có ý kiến là “vẫn còn quan hệ tình dục” (61,9%).

Số phụ nữ không còn quan hệ tình dục nữa nêu ra 3 lý do như sau: “không còn ham muốn tình dục” (19,3%); “không còn cảm xúc” (9,0%) và “cảm thấy khó chịu khi quan hệ tình dục” (17,0%).

Xem xét tương quan giữa tuổi và lý do không quan hệ tình dục (QHTD) số liệu khảo sát cũng cho thấy có nhiều ý kiến khác nhau về vấn đề QHTD trong thời kỳ quanh tuổi mãn kinh. 33,3% ý kiến nhóm phụ nữ 45-55 tuổi và 55,6% ý kiến nhóm phụ nữ 56– 65 tuổi cho rằng “không tiếp tục QHTD nữa vì không còn cảm xúc”; 43,1% ý kiến nhóm phụ nữ tuổi 45–55 và 49,0% ý kiến nhóm phụ nữ tuổi từ 56 - 65 tuổi cho biết lý do không QHTD nữa vì “khó chịu khi giao hợp”. Phụ nữ được hỏi ở độ tuổi 45–55

**Bảng 3. Tương quan giữa tuổi và lý do QHTD
tuổi mãn kinh của phụ nữ (%)**

	=< 45	45 – 55	56 – 65	> 65
1. QHTD quanh tuổi mãn kinh là chuyện sinh lý bình thường	2,1	26,2	63,4	8,3
2. QHTD quanh tuổi mãn kinh là để duy trì hạnh phúc gia đình	2,2	25,5	60,2	10,2
3. QHTD quanh tuổi mãn kinh là không bình thường vì cảm thấy ngược	0,0	55,6	44,4	0,0
4. QHTD quanh tuổi mãn kinh là không bình thường	0,0	54,5	36,4	9,1
6. Việc sinh hoạt tình dục của phụ nữ	1,3	24,5	62,2	12,0
7. Mức độ sinh hoạt tình dục	0,0	18,9	62,3	18,9
8. Lý do không QHTD vì không còn cảm xúc	0,0	33,3	55,6	11,1
9. Lý do không QHTD vì khó chịu khi QHTD	2,0	43,1	49,0	5,9

thì cho rằng: “QHTD trong thời kỳ quanh tuổi mãn kinh là không bình thường vì cảm thấy ngược”. Tuy nhiên các kết quả khảo sát cũng cho thấy một điều thú vị là: 63,4% phụ nữ được hỏi độ tuổi 55 – 65 cho rằng “QHTD của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh là chuyện sinh lý bình thường” và 60,2% phụ nữ ở độ tuổi này cho rằng “ QHTD là để duy trì hạnh phúc gia đình”

Trái lại, với nhóm phụ nữ vẫn còn sinh hoạt tình dục (45 – 55 tuổi) thì lý do dẫn họ đến với quan hệ tình dục cũng khác nhau, trong đó có đáng chú ý là lý do “sinh hoạt để duy trì hạnh phúc gia đình” (25,5%); “sinh hoạt tình dục không phải là chuyện sinh lý bình thường trong thời kỳ mãn kinh” (54,5%) (Bảng 3).

Khi xem xét tương quan giữa yếu tố tôn giáo và không tôn giáo trong vấn đề QHTD của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh, thì thấy không có sự khác biệt đáng kể giữa hai nhóm phụ nữ này. Có 72,2% ý kiến của những phụ nữ không theo tôn giáo nào và 71,1% phụ nữ theo Phật giáo đều cho rằng “QHTD là bình thường ở phụ nữ quanh tuổi mãn kinh” (Bảng 4).

Tuy nhiên khi xem xét một cách chi tiết hơn về các lý do phụ nữ quanh tuổi mãn kinh có hoạt động tình dục, thì thấy có sự khác biệt về lý do giữa hai nhóm phụ nữ này theo tương quan về tôn giáo.

Bảng 4. Tương quan giữa tôn giáo của phụ nữ với ý kiến của họ về việc QHTD tuổi mãn kinh (%)

	Tôn giáo	Ý kiến của phụ nữ về việc quan hệ tình dục quanh tuổi mãn kinh		Tổng
		Bình thường	Không bình thường	
	Phật giáo	71,1	29,9	100,0
	Không tôn giáo	72,2	27,8	100,0

Những phụ nữ không theo tôn giáo họ cho rằng QHTD “là chuyện sinh lý bình thường” (75,2%) và ngoài ra họ còn quan niệm QHTD là để “giữ hạnh phúc gia đình” (67,2%). Còn những phụ nữ được hỏi theo Phật giáo thì có vẻ khắt khe hơn về vấn đề được coi là thâm kín này. Thực tế họ không chỉ quan niệm mà thực tế tỷ lệ phụ nữ theo Phật giáo cho biết có QHTD ở tuổi mãn kinh là 26,6%, ít hơn nhiều so với những phụ nữ không theo tôn giáo nào có QHTD trong thời kỳ quanh tuổi mãn kinh (73,4%).

Tóm lại, đa số phụ nữ thời kỳ quanh tuổi mãn kinh có nhu cầu tình dục ít hơn so với thời trẻ tuổi và mức độ sinh hoạt giảm hơn so với trước. Số phụ nữ còn duy trì quan hệ tình dục do nhiều nguyên nhân, trong đó có nguyên nhân đáng chú ý đó là “để giữ gìn hạnh phúc gia đình” chứ không đơn thuần là chuyện sinh lý bình thường. Hơn nữa, vấn đề tôn giáo và nghề nghiệp cũng ảnh hưởng đến quan niệm của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh trong quan hệ tình dục. Những phụ nữ thuộc nhóm phụ nữ không còn QHTD nữa tập trung ở ba lý do chính như: không có ham muốn tình dục; không có cảm xúc khi quan hệ và cảm thấy khó chịu khi quan hệ tình dục.

3. Kết luận và kiến nghị

Mãn kinh là một sự kiện sinh lý bình thường mà mỗi một phụ nữ đều phải trải qua. Phụ nữ quanh tuổi mãn kinh có nguy cơ cao đối với bệnh tật do tình trạng thiếu hụt estrogen và gánh nặng của tuổi tác gây nên, trong đó trước mắt là các triệu chứng của mãn kinh như: bốc hỏa, khô âm đạo, mất ngủ, toát mồ hôi đêm và lâu dài còn phải đối mặt với nguy cơ của bệnh tim mạch, bệnh loãng xương, bệnh Alzheimer... Tất cả các rối loạn này đều ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống của người phụ nữ. Những phụ nữ quanh tuổi mãn kinh cần sự giúp đỡ của các cơ sở y tế không chỉ đơn thuần là khám

chữa bệnh thông thường mà họ còn rất cần đến tư vấn, trợ giúp khám, cấp phát thuốc liên quan đến những vấn đề sức khỏe sinh sản của họ.

Việc tìm hiểu kiến thức về chăm sóc sức khỏe sinh sản cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại cộng đồng cho thấy nhận thức của phụ nữ về một số biểu hiện quanh thời kỳ mãn kinh còn có những hạn chế nhất định, mặc dù đại đa số phụ nữ được hỏi cũng đã nhận biết được những biểu hiện thông thường của người phụ nữ trong giai đoạn này như: són tiểu không kiểm soát được; khó giao hợp; nóng mặt; khô da... Tuy nhiên những nhận thức này còn có sự khác biệt nhiều về độ tuổi, nghề nghiệp, trình độ học vấn của phụ nữ. Đặc biệt nhóm phụ nữ trong khảo sát ở độ tuổi 56 – 65 có hiểu biết về những vấn đề mãn kinh tốt hơn, nhưng vẫn chỉ biết được những biểu hiện dễ thấy. Phụ nữ là nông dân có những nhận thức khá tốt về các vấn đề sức khỏe của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh.

Đa số phụ nữ thời kỳ tiền mãn kinh có nhu cầu tình dục ít hơn so với thời trẻ tuổi và mức độ sinh hoạt giảm hơn so với những thời gian trước đó. Số phụ nữ còn duy trì quan hệ tình dục cũng có nhiều nguyên nhân khác nhau, trong đó có nguyên nhân đáng chú ý là để “giữ gìn hạnh phúc gia đình” chứ không đơn thuần là chuyện sinh lý bình thường. Bên cạnh đó, vấn đề tôn giáo và nghề nghiệp phần nào cũng ảnh hưởng đến quan niệm của phụ nữ mãn kinh về quan hệ tình dục. Nhóm phụ nữ không còn quan hệ tình dục nữa (QHTD) nữa đưa ra ba lý do chính như: không có ham muốn tình dục; không có cảm xúc khi quan hệ và cảm thấy khó chịu khi quan hệ.

Từ những phân tích và kết luận trên, chúng tôi có một số khuyến nghị sau:

Thứ nhất, Nhận thức của phụ nữ quanh tuổi mãn kinh tại các địa bàn khảo sát còn khá hạn chế. Cần thiết phải tăng cường công tác truyền thông, nâng cao kiến thức về các lĩnh vực chăm sóc sức khỏe cho nhóm đối tượng này ở các cấp độ khác nhau và nhóm tuổi cụ thể khác nhau. Cần lồng ghép các chương trình truyền thông về dân số - KHHGD để cập nhật các kiến thức về sức khỏe quanh tuổi mãn kinh cho các nhóm phụ nữ.

Thứ hai, các nghiên cứu y học cho thấy rằng suy giảm nhu cầu về tình dục là một hiện tượng không tránh khỏi ở người lưỡng tuổi và là một quá trình sinh lý bình thường theo lứa tuổi. Cùng với các rối loạn tình dục, trong cơ thể người lưỡng tuổi còn diễn ra các rối loạn khác nhau trong hoạt

động của các cơ quan, biến đổi trạng thái mạch máu, cơ tim...Thực ra sự suy giảm nhu cầu sinh lý ở độ tuổi này có thể ngăn ngừa bằng cách rất tự nhiên, nếu duy trì một cuộc sống lành mạnh, dinh dưỡng hợp lý và tăng cường tập luyện thể dục thể thao, sinh hoạt tình dục đều đặn và lành mạnh. Do đó, cần có những tuyên truyền và truyền thông sâu rộng về các vấn đề bình đẳng giới trong chăm sóc sức khỏe sinh sản. Đây là điều kiện cần thiết để người phụ nữ, trong đó có nhóm phụ nữ quanh tuổi mãn kinh có điều kiện thỏa mãn được những nhu cầu cần thiết về chăm sóc sức khỏe sinh sản và sức khỏe tình dục.

Thứ ba, y tế tuyến cơ sở ngoài việc cung cấp dịch vụ khám chữa bệnh thông thường cho mọi người, cần trở thành những địa chỉ tin cậy, là cầu nối để cung cấp các tư vấn cho phụ nữ quanh tuổi mãn kinh về các kiến thức chăm sóc sức khỏe sinh sản cho họ. Để làm tốt vấn đề này, việc tăng cường nguồn kinh phí, trang thiết bị và nâng cao chất lượng về chuyên môn kỹ thuật và tay nghề của cán bộ y tế là hết sức cần thiết. Đặc biệt ở những vùng nông thôn ngoại thành xa trung tâm, xa các cơ sở y tế cao hơn, thì công tác tư vấn của các nhân viên y tế tại tuyến cơ sở là hết sức cần thiết.

Cuối cùng, vấn đề chăm sóc sức khỏe sinh sản phụ nữ quanh tuổi mãn kinh vẫn là vấn đề khá mới mẻ trong chăm sóc sức khỏe sinh sản nói chung. Các cấp có thẩm quyền và ngành y tế cần bổ sung các nguồn kinh phí có thể để bên cạnh tăng cường năng lực cho đội ngũ cán bộ chuyên môn, đồng thời cũng cần tăng cường công tác truyền thông thường xuyên và sâu rộng cho mọi đối tượng người dân hiểu biết đầy đủ, cụ thể về vấn đề này. ■

Chú thích

Mãn kinh là tình trạng thôi có kinh vĩnh viễn, một loại vô kinh thứ phát do suy giảm tự nhiên buồng trứng và không hồi phục. Mãn kinh là một sự kiện sinh lý bình thường mà mỗi một phụ nữ đều phải trải qua. Phụ nữ mãn kinh có nguy cơ cao đối với bệnh tật do tình trạng thiếu hụt estrogen và gánh nặng của tuổi tác gây nên. Mãn kinh thường xảy ra ở khoảng từ 45 – 55 tuổi, chấm dứt thời kỳ sinh đẻ và có thể xuất hiện đột ngột hoặc báo hiệu trong thời kỳ dài hàng năm đôi khi kéo dài 5 – 10 năm gọi giai đoạn tiền mãn kinh.