



Sổ tay
vượt ĐỊNH KIẾN GIỚI,
chạm QUYỀN TỰ QUYẾT





Lời nói đầu

Ngày nay, chúng ta có thể không còn nghe nhiều những câu nói như: “Nhất nam viết hữu, thập nữ viết vô” hay “Xuất giá tòng phu”, **nhưng “có nếp có tẻ cho vui”, “để con là thiên chức của người phụ nữ”, hay “giỏi việc nước, đảm việc nhà”** thì sao?

Những định kiến giới đang dần được tinh vi hóa, từ sự áp đặt, tiêu cực rõ ràng và dễ thấy thành những “lời khuyên”, “lời khích lệ”. Chúng dần dà gán cho phụ nữ những vai trò và trách nhiệm nặng nề trong gia đình và xã hội, từ đó ảnh hưởng lớn đến quá trình ra quyết định và thực hiện quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản của họ.

Vì sao phụ nữ bắt buộc phải sinh con, phải chịu các can thiệp y khoa (kích, chọc, hút trứng,...) để mang thai? Họ có được lựa chọn không sinh con hay nhận con nuôi không? Quyết định này có ảnh hưởng đến giá trị của họ trong gia đình và xã hội, hoặc có khiến họ bị đánh giá là một người phụ nữ thiếu trách nhiệm hay không?

Vì sao phụ nữ là người thường phải áp dụng các biện pháp triệt sản (đặt vòng, cấy que, thắt ống dẫn trứng) khi cặp đôi không có nhu cầu sinh sản nữa? Họ đang bị những định kiến giới nào tác động khi tin rằng “mình phải hành động như thế mới đúng”?

Nếu như bạn cũng đau đầu những câu hỏi đó, hãy cùng tìm hiểu về định kiến giới và cách **nâng cao quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản cho phụ nữ** trong cuốn Sổ tay **Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết**.

Sổ tay được thực hiện bởi dự án HerOwnChoice - Sáng kiến nằm trong khuôn khổ dự án #GenTalk: Sáng kiến thanh niên thúc đẩy đối thoại và hành động vì bình đẳng giới, được thực hiện bởi UN Women dưới sự điều phối của TUVVA Communication, hướng tới kỷ niệm 30 năm Tuyên bố Cương lĩnh và Hành động Bắc Kinh. Đây là dự án trực thuộc Tổ chức Thúc đẩy Công bình Y tế - Hadeus Vietnam nhằm nâng cao quyền tự quyết về Sức khỏe sinh sản cho phụ nữ.

(Hầu Nguyễn - Trưởng dự án)



Mục lục

- **Phần 1: Các khái niệm cơ bản**

Trang 4

(Giới tính, Giới, Khuôn mẫu giới, Định kiến giới, Sức khỏe sinh sản, Quyền sinh sản, tự quyết, tình yêu, Tình dục, Mang thai)

- **Phần 2: Một số quyền cơ bản trong tình yêu, tình dục và sinh sản**

Trang 19

- **Phần 3: Biểu hiện thực hành quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản của phụ nữ và câu chuyện thực tế**

Trang 28

- **Phần 4: Kiến thức cơ bản về các phương pháp hỗ trợ sinh sản, nhận con nuôi và mang thai hộ**

Trang 36

- **Phần 5: Văn bản pháp luật và chính sách liên quan đến sức khỏe sinh sản ở Việt Nam Tài liệu khuyến nghị đọc thêm**

Trang 49

- **Phần 6: Tài liệu khuyến nghị đọc thêm**

Trang 55

Tài liệu không bán



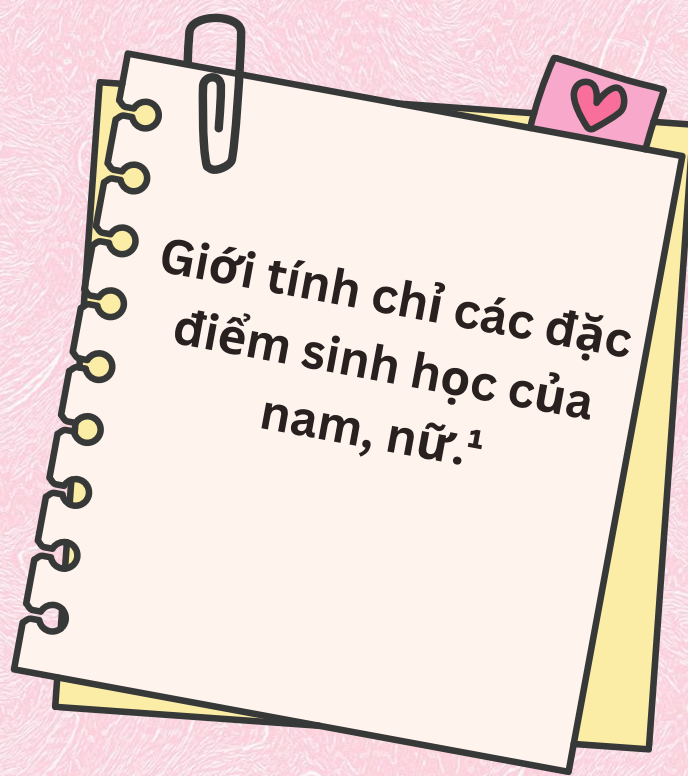


Phần 1: Các khái niệm cơ bản





Giới tính là gì?



- Nhiễm sắc thể XY
- Tinh trùng, cấu tạo cơ/ xương
- Nội tiết tố
- Bộ phận sinh dục



- Nhiễm sắc thể XX
- Chu kỳ kinh nguyệt
- Mang thai
- Tiết sữa cho con bú

¹. Điều 5, Luật Bình đẳng giới năm 2006.

Giới là gì?

Giới chỉ đặc điểm, vị trí, vai trò của nam và nữ trong tất cả các mối quan hệ xã hội.²

Nữ



Được kỳ vọng chăm sóc con cái, nội trợ và giữ gìn hạnh phúc gia đình.



Được khuyến khích theo đuổi các nghề chăm sóc, hành chính hoặc dịch vụ.



Nhiều áp lực về ngoại hình hoặc tuổi tác.

Nam



Được kỳ vọng là trụ cột gia đình và là người ra quyết định.



Được khuyến khích theo đuổi các nghề kỹ thuật, quản lý, lãnh đạo.



Ít áp lực về ngoại hình hoặc tuổi tác.

². Điều 5, Luật Bình đẳng giới năm 2006.



Phân biệt giới và giới tính

Giới tính

Đặc điểm sinh học
(Xác định nam, nữ, liên giới tính)



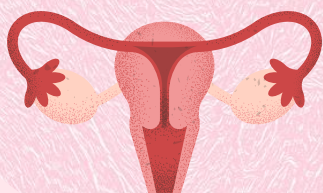
Bẩm sinh do gen, nội tiết tố
và cơ quan sinh sản.



Mang tính tự nhiên, cố
định hoặc khó thay đổi.



Ảnh hưởng đến sinh lý và sức
khỏe sinh sản.



Giới

Đặc điểm xã hội
(Vai trò, hành vi, và kỳ vọng xã hội
đối với nam và nữ)



Hình thành qua văn hóa, xã hội
và các mối quan hệ xã hội.



Mang tính xã hội, có thể thay
đổi qua thời gian và bối cảnh.



Ảnh hưởng đến suy nghĩ, hành
vi, nghề nghiệp, vai trò, vị trí
trong xã hội,...



Khuôn mẫu giới là gì?



- Là một trong các loại khuôn mẫu, thể hiện quan điểm hoặc định kiến được khái quát hóa về đặc tính, đặc điểm mà nữ giới và nam giới cần có hoặc các vai trò hai giới nên thực hiện
- Khuôn mẫu giới có thể có ý nghĩa tích cực hoặc tiêu cực, ví dụ “phụ nữ dịu dàng, nhân hậu” hoặc “phụ nữ yếu ớt”
- Khuôn mẫu giới là việc gán cho cá nhân một phụ nữ hoặc một nam giới các đặc tính, đặc điểm hoặc vai trò cụ thể vì lý do cô ta/anh ta thuộc về nhóm phụ nữ hay nam giới
- Dựa trên các dấu hiệu sinh học bên ngoài và nhìn thấy được, con người được phân loại thành hai nhóm nam và nữ. Khi được phân loại, phụ nữ và nam giới được tin là khác biệt về năng lực, giá trị, động cơ và đặc điểm cũng như niềm tin và chuẩn mực chung về nam tính điển hình và nữ tính điển hình.³



³. Phan Thị Thu Hà (2018). Ảnh hưởng của nhận thức về khuôn mẫu giới đến dự định khởi nghiệp của phụ nữ: Từ lý luận đến thực tiễn. Tạp chí khoa học Học viện Phụ nữ Việt Nam, 2(2), 2.



Ví dụ về khuôn mẫu giới



Nam

- Nam giới phải mạnh mẽ, không được thể hiện cảm xúc như khóc lóc hoặc chia sẻ tâm sự.
- Nam giới phải gánh vác kinh tế.
- Nam giới cần ổn định sự nghiệp trước khi kết hôn.
- Nam giới cần tóc ngắn, cao to, vai rộng.

Nữ

- Nữ giới được thể hiện cảm xúc như khóc lóc hoặc chia sẻ tâm sự.
- Nữ giới phải chăm lo cho gia đình.
- Nữ giới cần kết hôn sớm để tránh “quá lứa lỡ thì”.
- Nữ giới cần tóc dài, thon gọn.



Định kiến giới



Định kiến giới là nhận thức, thái độ và đánh giá thiên lệch hoặc tiêu cực về đặc điểm xã hội; thể hiện giới/xu hướng tính dục; vị trí, vai trò và đóng góp; năng lực và kinh nghiệm; sự tham gia và ra quyết định;... của nam hoặc nữ.⁴

Ví dụ

- Nam giới khốc lóc là yếu đuối và thiếu bản lĩnh.
- Nam giới không biết cách nuôi dạy con cái và không nên ở nhà làm nội trợ.
- Nữ giới theo đuổi sự nghiệp mà bỏ bê gia đình là ích kỷ và thiếu trách nhiệm.
- Nếu gia đình tan vỡ thì là do phụ nữ không biết giữ chồng.

⁴ Dựa trên Điều 5, Luật Bình đẳng giới năm 2006..



Sức khỏe sinh sản

- Sức khỏe sinh sản là “**một trạng thái hoàn toàn khỏe mạnh về thể chất, tinh thần và xã hội...** trong tất cả các vấn đề liên quan đến hệ thống sinh sản”.
- Điều này “hàm ý rằng mọi người có khả năng có đời sống tình dục thỏa mãn và an toàn, đồng thời họ có khả năng sinh sản cũng như quyền tự do quyết định liệu có sinh con hay không, khi nào và bao nhiêu lần”.⁵

Ví dụ: Phụ nữ mang thai được khám thai định kỳ, tiêm phòng, siêu âm và nhận tư vấn dinh dưỡng để đảm bảo thai kỳ khỏe mạnh.



⁵ ICPD (1994). Programme of Action of the International Conference on Population and Development. Cairo, Ai Cập, 5-13 tháng 9 năm 1994.



Quyền sinh sản

- Quyền sinh sản là **quyền cơ bản của mọi cặp vợ chồng và cá nhân** được tự do và có trách nhiệm quyết định số con, khoảng cách giữa các lần sinh và thời điểm sinh con; có quyền tiếp cận thông tin, giáo dục và các phương tiện hỗ trợ để thực hiện các quyết định này.
- Quyền sinh sản cũng bao gồm quyền đạt được tiêu chuẩn cao nhất về sức khỏe sinh sản và tình dục, cũng như quyền đưa ra các quyết định về sinh sản mà không bị phân biệt đối xử, ép buộc hoặc bạo lực.⁶



Ví dụ: Một cặp vợ chồng quyết định sinh hai con và lên kế hoạch khoảng cách giữa các lần sinh là 5 năm để đảm bảo sức khỏe và tài chính.



⁶ ICPD (1994). *Programme of Action of the International Conference on Population and Development*. Cairo, Ai Cập, 5-13 tháng 9 năm 1994.



Tự quyết



- Tự quyết là khả năng của một người trong việc **tự quản lý** bản thân, hành động một cách **độc lập**, có **trách nhiệm**.⁷
- Trong trường hợp này, khả năng của một người đề cập đến khả năng của phụ nữ trong việc thực hiện các quyền về sức khỏe sinh sản và tình dục.
- Các lý thuyết về tự quyết đã được phát triển, hiểu và áp dụng theo nhiều cách khác nhau trong thực tiễn, chịu ảnh hưởng từ **luật pháp, chính trị, triết học và giáo lý tôn giáo**.⁸ Theo nguyên tắc đạo đức sinh học, khả năng tự chủ và quyền tự quyết định cuộc sống của một người cần được tôn trọng.⁹



Ví dụ: Một phụ nữ từ chối quan hệ tình dục với chồng khi cô ấy không cảm thấy thoải mái hoặc đang có vấn đề sức khỏe.

⁷ Agich, G. J. (1994). *Key concepts: Autonomy*. **Philosophy, Psychiatry & Psychology**, **1**, 267–269.

⁸ Motloba, P. D. (2018). *Understanding of the principle of autonomy (Part 1)*. **South African Dental Journal**, **73**(6), 418–420.

⁹ Osamor, P. E., & Grady, C. (2018). *Autonomy and couples' joint decision-making in healthcare*. **BMC Medical Ethics**, **19**(3), 1–8.



Quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản

Quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản là phụ nữ có quyền quyết định liệu họ có sinh con hay không, bao gồm quyền quyết định có tiếp tục hoặc chấm dứt một thai kỳ ngoài ý muốn và quyền lựa chọn phương pháp kế hoạch hóa gia đình và tránh thai mà họ mong muốn.¹⁰

- Tình yêu
- Tình dục
- Tình dục an toàn
- Mang thai



Ví dụ: Một sản phụ lựa chọn sinh thường thay vì sinh mổ để giảm rủi ro biến chứng do sức khỏe cá nhân (sau khi được bác sĩ tư vấn), mặc dù gia đình muốn cô ấy sinh mổ để “tốt cho con” và “chọn được giờ sinh”

¹⁰ Shalev, C. (1998). *Rights to Sexual and Reproductive Health - the ICPD and the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women*. Báo cáo trình bày tại Hội nghị Quốc tế về Sức khỏe Sinh sản, Mumbai, Ấn Độ, 15-19 tháng 3 năm 1998. Hiệp hội Nghiên cứu Sinh sản và Sinh sản Ấn Độ cùng Chương trình Đặc biệt của UNDP/UNFPA/WHO/World Bank.



Tình yêu

- Tình yêu là một khái niệm phong phú và phức tạp, bao hàm nhiều khía cạnh từ cảm xúc, sinh học đến tâm lý.
- Theo góc nhìn Tâm lý học xã hội, nhà tâm lý học Rubin định nghĩa tình yêu là một thái độ khiến một người có xu hướng suy nghĩ, cảm nhận và hành động theo những cách nhất định đối với đối tượng tình yêu.
- Hơn nữa, ông đã phân định ba thành phần của tình yêu:¹¹



Sự thân mật.



Nhu cầu/gắn bó



Sự quan tâm

- Tình yêu không chỉ là cảm xúc, mà còn bao gồm cả sự đồng cảm, sự đồng thuận trong việc đề cao những giá trị chính yếu như tôn trọng, trung thực và chấp nhận lẫn nhau.
- Hay nói cách khác, tình yêu là niềm vui khi được ở bên người kia, đồng thời khẳng định giá trị và sự phát triển của họ cũng quan trọng như chính sự phát triển của bản thân mình.



¹¹Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (2000). Close relationships: A sourcebook. Sage Publications,. 202



Tình dục

- Hành vi tình dục bao gồm tất cả các hành vi nhằm tìm kiếm khoái cảm hoặc để sinh sản.
- Có thể diễn ra giữa 2 bạn tình khác giới hay cùng giới, với một người hay nhiều người.
- Tự mình gây khoái cảm (thủ dâm) hay gây khoái cảm cho nhau, mơ tưởng đến chuyện tình dục hay dùng các dụng cụ để kích thích và tìm kiếm khoái cảm.
- Tình dục không đơn thuần chỉ là hành vi giao hợp giữa dương vật với âm đạo, miệng hay hậu môn mà còn bao gồm cả các hành vi tình dục khác.¹²

¹²Bộ Y tế. (2024). Hướng dẫn quốc gia về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản - nội dung chăm sóc sức khỏe sinh sản vị thành niên và thanh niên (Ban hành kèm theo Quyết định số 3261/QĐ-BYT ngày 04 tháng 11 năm 2024)



Tình dục an toàn

Tình dục an toàn chỉ việc sử dụng các biện pháp giúp tránh thai an toàn, hiệu quả và phòng lây truyền HIV và các bệnh nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục.¹³



Ví dụ

- Tình dục an toàn: mơ tưởng tình dục; tự mình thủ dâm; vuốt ve trên mặt da lành lặn; ôm bạn tình; kiêng giao hợp; tình dục bằng tay với âm đạo hoặc với dương vật; quan hệ tình dục dương vật với miệng có sử dụng bao cao su; quan hệ tình dục dương vật với âm đạo có sử dụng bao cao su đúng cách trong tất cả các lần quan hệ tình dục



- Tình dục tương đối an toàn: quan hệ tình dục miệng với âm đạo hoặc miệng với dương vật không dùng bao cao su, quan hệ tình dục dương vật với hậu môn có dùng bao cao su

- Tình dục không an toàn: quan hệ tình dục dương vật với âm đạo không sử dụng bao cao su, quan hệ tình dục dương vật với hậu môn không dùng bao cao su



¹³Bộ Y tế. (2024). Hướng dẫn quốc gia về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản - nội dung chăm sóc sức khỏe sinh sản vị thành niên và thanh niên (Ban hành kèm theo Quyết định số 3261/QĐ-BYT ngày 04 tháng 11 năm 2024)



Mang thai

Mang thai là quá trình thai nghén, bao gồm sự phát triển và lớn lên của một cá thể mới bên trong cơ thể người phụ nữ từ khi thụ thai, trải qua các giai đoạn phôi thai và bào thai cho đến khi sinh. Thời gian mang thai kéo dài khoảng 266 ngày (38 tuần) tính từ ngày thụ tinh, nhưng về mặt lâm sàng, thường được tính là 280 ngày kể từ ngày đầu tiên của kỳ kinh nguyệt cuối cùng.¹⁴



¹⁴Mosby. (2009). Mosby's Pocket Dictionary of Medicine, Nursing & Health Professions - E-Book. Elsevier Health Sciences, 1078.



Phần 2:

Một số quyền cơ bản trong tình yêu, tình dục và sinh sản



Dựa trên:

- Liên Hợp Quốc. (1948). Tuyên ngôn nhân quyền phổ quát
- Shalev, C. (1998). Rights to Sexual and Reproductive Health - the ICPD and the Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women. Báo cáo trình bày tại Hội nghị Quốc tế về Sức khỏe Sinh sản, Mumbai, Ấn Độ, 15-19 tháng 3 năm 1998. Hiệp hội Nghiên cứu Sinh sản và Sinh sản Ấn Độ cùng Chương trình Đặc biệt của UNDP/UNFPA/WHO/World Bank
- World Association for Sexual Health. (1999). Declaration of sexual rights. Được thông qua tại Hội nghị thế giới lần thứ 14 về tình dục, Hồng Kông, Trung Quốc.



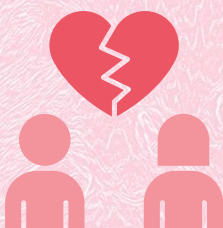
2.1. Một số quyền cơ bản trong tình yêu

- **Quyền tự do yêu đương:** Cá nhân có quyền tự do lựa chọn người mà họ yêu và thiết lập mối quan hệ tình cảm với người đó mà không bị ép buộc.



Ví dụ: Một cặp đôi yêu nhau mặc dù họ thuộc hai tôn giáo khác nhau. Dù gia đình phản đối và muốn các bạn kết hôn với người cùng tôn giáo, hai bạn vẫn có quyền yêu nhau và tiếp tục xây dựng mối quan hệ mà không phải chia tay vì áp lực từ những người xung quanh.

- **Quyền tự chủ trong tình yêu:** Cá nhân có quyền quyết định cách thức bắt đầu, xây dựng, phát triển hoặc chấm dứt mối quan hệ tình cảm của mình.



Ví dụ: Một cá nhân quyết định chia tay người yêu sau khi cân nhắc kỹ lưỡng vì cảm thấy không còn tình cảm. Dù người yêu của bạn muốn níu kéo nhưng bạn vẫn có quyền tự chủ trong quyết định này.

- **Quyền đồng thuận trong tình yêu:** Mọi mối quan hệ tình cảm phải dựa trên sự đồng thuận và tôn trọng lẫn nhau. Cá nhân có quyền từ chối hoặc chấm dứt mối quan hệ mà họ không cảm thấy an toàn hoặc thoải mái.



Ví dụ: Một cá nhân trong mối quan hệ yêu đương nhận thấy người yêu liên tục ép buộc mình tham gia các hoạt động mà họ không thoải mái, như bắt buộc gỡ gỡ bạn bè của đối phương hoặc chia sẻ những thông tin cá nhân nhạy cảm của bạn. Bạn có quyền thẳng thắn từ chối các đề xuất đó hoặc chấm dứt mối quan hệ nếu người yêu tiếp tục không tôn trọng ý kiến, cảm xúc của bạn.



2.1. Một số quyền cơ bản trong tình yêu

- **Quyền về sự riêng tư trong tình yêu:** Cá nhân có quyền được người khác tôn trọng, không can thiệp vào các quyết định và hành vi yêu đương của mình, miễn là không làm ảnh hưởng đến các quyền yêu đương của người khác.



Ví dụ: Một cặp đôi yêu nhau nhưng muốn giữ bí mật mối quan hệ vì lý do cá nhân. Đồng nghiệp và bạn bè của họ không tìm cách xâm phạm sự riêng tư như đặt ra quá nhiều câu hỏi về mối quan hệ của hai bạn, đòi gặp mặt cặp đôi, hoặc lan truyền tin đồn về mối quan hệ của họ.

- **Quyền được bảo vệ khỏi bạo lực và ép buộc:** Cá nhân có quyền yêu cầu sự hỗ trợ pháp lý và xã hội khi gặp phải bạo lực hoặc cưỡng bức trong tình yêu.

Ví dụ: Một cá nhân bị người yêu cũ quấy rối và đe dọa sau khi chia tay. Bạn có thể báo cáo sự việc với cơ quan chức năng và được hỗ trợ về mặt pháp lý để đảm bảo an toàn cho bản thân.

- **Quyền bình đẳng và không phân biệt đối xử trong tình yêu:** Cá nhân có quyền được tôn trọng, bảo vệ và đối xử công bằng trong các mối quan hệ yêu đương mà không bị phân biệt đối xử dựa trên bất kỳ yếu tố nào như giới tính, giới, khuynh hướng tình dục, độ tuổi, chủng tộc, thành phần xã hội, tôn giáo hay tình trạng sức khỏe về thể chất, tinh thần.

Ví dụ: Một cặp đôi đồng tính có quyền công khai mối quan hệ của họ nếu họ mong muốn. Không có bất kỳ ai, dù là gia đình, bạn bè hay đồng nghiệp có quyền kỳ thị hoặc phân biệt đối xử với cặp đôi mà thay vào đó, họ cần tôn trọng tình yêu của hai người như mọi cặp đôi khác.





2.2. Một số quyền cơ bản trong tình dục

- **Quyền tự do tình dục:** Cá nhân có quyền thể hiện đầy đủ tiềm năng tình dục của mình và hưởng thụ khoái lạc tình dục bằng những cách thức tùy họ lựa chọn. Đồng thời, các quốc gia cần loại trừ mọi hình thức tra tấn, lạm dụng, cưỡng bức và bóc lột tình dục.



Ví dụ: Một người trưởng thành quyết định tham gia một lớp học nhảy hiện đại với mục tiêu tăng cường sự tự tin về cơ thể và cách biểu đạt cá nhân. Trong lớp học, họ có thể khám phá sự gợi cảm của mình thông qua các động tác nhảy mà không lo bị phán xét, miễn là không ảnh hưởng đến quyền lợi của người khác.

- **Quyền tự chủ về tình dục:** Cá nhân có quyền quyết định về hoạt động tình dục của mình, miễn là phù hợp với các chuẩn mực đạo đức của cá nhân và cộng đồng.



Ví dụ: Một người trưởng thành quyết định quan hệ tình dục với người yêu trước hôn nhân. Quyết định này hoàn toàn do họ tự đưa ra sau khi cân nhắc kỹ lưỡng. Gia đình hay cộng đồng không có quyền ép buộc họ thay đổi quyết định của mình.

- **Quyền đồng thuận trong tình dục:** Mọi hoạt động tình dục phải dựa trên sự đồng thuận và tôn trọng lẫn nhau. Cá nhân có quyền tham gia hoặc từ chối thực hiện hành vi quan hệ tình dục trong trạng thái tỉnh táo, tự nguyện và không bị áp lực.



Ví dụ: Một cá nhân có quyền từ chối tham gia hoạt động tình dục khi đối phương muốn thử một hành vi tình dục vượt qua giới hạn của họ, khiến họ không cảm thấy thoải mái.



2.2. Một số quyền cơ bản trong tình dục

- **Quyền về sự riêng tư trong tình dục:** Cá nhân có quyền được người khác tôn trọng, không can thiệp vào các quyết định và hành vi tình dục của mình, miễn là không làm ảnh hưởng đến các quyền tình dục của người khác.



Ví dụ: Đồng nghiệp hay bạn bè không có quyền tạo áp lực cho một cá nhân để ép họ chia sẻ về đời sống tình dục của mình.

- **Quyền tiếp cận thông tin khoa học về tình dục:** Cá nhân có quyền tiếp cận những thông tin về tình dục đã được kiểm chứng về mặt khoa học và đạo đức qua những cách thức phổ biến thích hợp.

WEBSITE



Ví dụ: Một cá nhân tìm đọc Hướng dẫn kỹ thuật quốc tế về giáo dục giới tính và tình dục toàn diện trên trang web chính thức của UNESCO để có thêm thông tin về giáo dục giới tính và tình dục từ nguồn uy tín, chính thống.

- **Quyền được giáo dục toàn diện về tình dục:** Cá nhân có quyền được giáo dục về tình dục trong suốt cuộc đời, kể từ khi sinh ra, thông qua các hình thức và bối cảnh khác nhau.



Ví dụ: Học sinh trung học phổ thông được tham gia một chương trình giáo dục giới tính toàn diện tại trường, nơi các bạn học cách hiểu về cơ thể, nhận biết các dấu hiệu lạm dụng và phát triển kỹ năng giao tiếp trong các mối quan hệ.



2.2. Các quyền cơ bản trong tình dục

- **Quyền tiếp cận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tình dục:** Cá nhân có quyền hưởng các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tình dục an toàn nhằm phòng ngừa và chữa trị những loại bệnh tật và khiếm khuyết liên quan đến hoạt động tình dục.



Ví dụ: Một cá nhân đến một phòng khám sức khỏe cộng đồng để được xét nghiệm và điều trị bệnh lây qua đường tình dục. Dịch vụ này an toàn, bảo mật và được cung cấp với chi phí phù hợp, giúp họ bảo vệ sức khỏe của mình.

- **Quyền được công bằng trong tình dục:** Cá nhân có quyền thực hiện và hưởng thụ từ hành vi tình dục mà không bị phân biệt đối xử dựa trên bất kỳ yếu tố nào như giới tính, giới, khuynh hướng tình dục, độ tuổi, chủng tộc, thành phần xã hội, tôn giáo hay tình trạng sức khỏe về thể chất, tinh thần.



Ví dụ: Một cá nhân đến một phòng khám sức khỏe cộng đồng để được xét nghiệm và điều trị bệnh lây qua đường tình dục. Dịch vụ này an toàn, bảo mật và được cung cấp với chi phí phù hợp, giúp họ bảo vệ sức khỏe của mình.





2.3. Một số quyền cơ bản trong sinh sản

- **Quyền tự chủ trong sinh sản:** Cá nhân có quyền quyết định về việc có con hay không, số lượng con và khoảng cách giữa những lần có con mà không bị áp đặt hay cản trở.



Ví dụ: Một cặp vợ chồng quyết định không sinh con. Quyết định này không bị gia đình hay xã hội can thiệp, và họ cảm thấy thoải mái với lựa chọn của mình.

- **Quyền tiếp cận thông tin khoa học về sức khỏe sinh sản:** Cá nhân có quyền tiếp cận các kiến thức về sức khỏe sinh sản đã được kiểm chứng về mặt khoa học và đạo đức qua những cách thức phổ biến thích hợp.

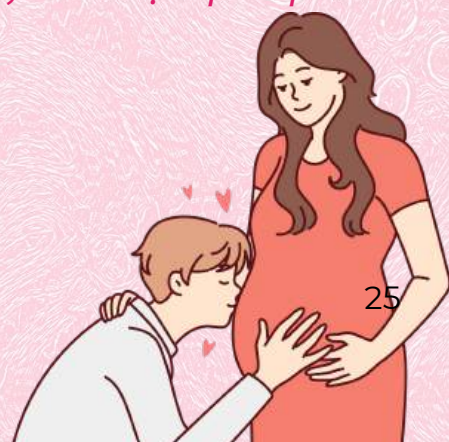


Ví dụ: Một cá nhân tìm đọc Hướng dẫn quốc gia về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản - Nội dung chăm sóc sức khỏe sinh sản vị thành niên và thanh niên trên trang web chính thức của Bộ Y tế để có thêm thông tin về chăm sóc sức khỏe sinh sản từ nguồn uy tín, chính thống.

- **Quyền được giáo dục toàn diện về sức khỏe sinh sản:** Cá nhân có quyền được giáo dục về sức khỏe sinh sản trong suốt cuộc đời, kể từ khi sinh ra, thông qua các hình thức và bối cảnh khác nhau.



Ví dụ: Một trường học tổ chức các buổi ngoại khóa về sức khỏe sinh sản cho học sinh, cung cấp kiến thức về tuổi dậy thì, kinh nguyệt, quá trình mang thai, và biện pháp tránh thai.





2.3. Các quyền cơ bản trong sinh sản

- **Quyền tiếp cận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản:** Cá nhân có quyền hưởng các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản an toàn, bao gồm khám thai, sinh đẻ và các dịch vụ kế hoạch hóa gia đình.

Ví dụ: Một người phụ nữ sống ở vùng nông thôn đến trung tâm y tế cộng đồng để được tư vấn về kế hoạch hóa gia đình. Tại đây, cô được cung cấp dịch vụ khám sức khỏe sinh sản miễn phí, bao gồm siêu âm và hướng dẫn sử dụng vòng tránh thai an toàn.



- **Quyền sử dụng các phương pháp hỗ trợ sinh sản:** Cá nhân có quyền sử dụng các phương pháp hỗ trợ sinh sản như thụ tinh nhân tạo, thụ tinh trong ống nghiệm hoặc mang thai hộ (theo quy định của pháp luật).

Ví dụ: Một cặp đôi kết hôn nhiều năm nhưng chưa có con quyết định sử dụng phương pháp thụ tinh trong ống nghiệm (IVF) sau khi được bác sĩ tư vấn. Họ tìm đến một cơ sở y tế được cấp phép và nhận hỗ trợ chuyên môn để thực hiện quy trình này.





2.3. Các quyền cơ bản trong sinh sản

- **Quyền tránh thai và ngăn ngừa mang thai ngoài ý muốn:** Cá nhân có quyền sử dụng biện pháp tránh thai an toàn như bao cao su, thuốc tránh thai, vòng tránh thai,...

***Ví dụ:** Một người trưởng thành chọn mua bao cao su tại một hiệu thuốc để sử dụng khi quan hệ tình dục. Họ được nhân viên bán hàng tư vấn chi tiết về cách sử dụng và các biện pháp tránh thai khác mà không bị thăm soi, phán xét.*



- **Quyền tiếp cận dịch vụ y tế khi mang thai và sinh con:** Mọi phụ nữ đều có quyền tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe an toàn khi mang thai và sinh con, bao gồm dịch vụ khám thai, sinh con và hậu sản.

***Ví dụ:** Một phụ nữ mang thai lần đầu sống ở khu vực miền núi được chính quyền địa phương hỗ trợ chi phí đi lại để đến bệnh viện tuyến trên. Tại đây, cô nhận được dịch vụ khám thai định kỳ, tư vấn dinh dưỡng, và hỗ trợ sinh con an toàn từ đội ngũ bác sĩ chuyên môn.*





Phần 3: Biểu hiện thực hành quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản của phụ nữ và câu chuyện thực tế



3.1. Một số biểu hiện thực hành quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản của phụ nữ



Khám sức khỏe sinh sản định kỳ

- Phát hiện sớm các vấn đề tiềm ẩn: viêm nhiễm, u xơ tử cung hoặc ung thư cổ tử cung.
- Được tư vấn về dinh dưỡng, kế hoạch hóa gia đình và các biện pháp bảo vệ sức khỏe sinh sản an toàn.



Thảo luận và đồng thuận với bạn đời về kế hoạch sinh con

- Phụ nữ có quyền tham gia vào các quyết định quan trọng liên quan đến kế hoạch sinh con (số lượng con, thời điểm sinh và cách thức sinh) .
- Giúp tăng cường sự hỗ trợ và giảm áp lực về mặt tâm lý và sức khỏe.



Nhận thức và thực hành tình dục an toàn

- Bảo vệ phụ nữ khỏi các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) và mang thai ngoài ý muốn.
- Phụ nữ cần được trang bị kiến thức về cách sử dụng bao cao su, thuốc tránh thai khẩn cấp và tiếp cận dịch vụ tư vấn tình dục an toàn.



3.1. Một số biểu hiện thực hành quyền tự quyết về sức khỏe sinh sản của phụ nữ

Tự nguyện sử dụng biện pháp tránh thai

- Phụ nữ có quyền tự do lựa chọn và sử dụng các biện pháp tránh thai phù hợp với nhu cầu và tình trạng sức khỏe của mình mà không bị ép buộc - Bao gồm (bao cao su, thuốc tránh thai, vòng tránh thai, que cấy tránh thai và triệt sản.)
- Việc sử dụng biện pháp tránh thai giúp phụ nữ kiểm soát việc mang thai ngoài ý muốn và bảo vệ sức khỏe sinh sản.



Tìm kiếm hỗ trợ y tế kịp thời khi có vấn đề về sức khỏe sinh sản

- Phụ nữ cần chủ động tìm kiếm sự trợ giúp y tế khi gặp phải các vấn đề sức khỏe sinh sản như rối loạn kinh nguyệt, đau vùng chậu kéo dài hoặc dấu hiệu nhiễm trùng.
- Sớm điều trị các vấn đề sức khỏe sinh sản giúp giảm nguy cơ biến chứng nghiêm trọng và bảo vệ sức khỏe phụ nữ về mặt lâu dài.



3.2. Các câu chuyện thực tế



Có con trai để củng cố vị thế của người phụ nữ trong gia đình?

Tôi đến từ một gia đình có mẹ là người mang nặng tư tưởng truyền thống. Từ bé, bà luôn dạy tôi cách để trở thành một người phụ nữ nghe lời, an phận và cam chịu. Chính vì thế sau này khi tôi đã lấy chồng, bà luôn thúc giục tôi phải sinh con trai sớm để gia đình ổn định và để vị thế của tôi trong gia đình được nâng cao. Sau hai lần sảy thai và được chẩn đoán khó mang thai tự nhiên, mặc dù rất sợ hãi và lo lắng về sức khỏe của mình, nhưng vì áp lực từ mẹ, tôi hiện vẫn đang thực hiện IVF (thụ tinh nhân tạo) để cố gắng có con.

(Người tham gia tập huấn “Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết” của HerOwnChoice)



“Mẹ sinh em trai rồi, tao không cần mày nữa!”

Ngày mẹ tôi sinh em bé, cứ ngỡ sẽ là ngày vui, nhưng đó lại là ngày mà tôi phải nghe một lời nói ám ảnh tôi mãi đến hiện tại. Tôi từ thuở non nớt ấy đến tận bây giờ vẫn nhớ như in hình ảnh bà tôi đẩy tôi ra và nói: “Mẹ sinh em trai rồi, tao không cần mày nữa!”. Nhưng thật ra mẹ tôi đã hạ sinh em gái. Trong khi mang thai, mẹ tôi đã phải giấu bà, nói với bà rằng siêu âm là con trai, vì chỉ có cách đó mẹ mới có thể sinh em tôi một cách an toàn. Bởi lẽ mẹ biết rõ rằng, chỉ cần nói thật rằng em là con gái, gia đình này sẽ bắt mẹ bỏ em. Thực sự tôi luôn ngưỡng mộ mẹ tôi rất nhiều. Mẹ đã dám sinh em tôi ra, dám đi làm và có một vị trí nhất định tại nơi làm việc. Mẹ yêu thương hai chị em chúng tôi và tự tin rằng mẹ có thể nuôi hai chị em tôi trưởng thành. Trong hành trình đi ngược lại với định kiến trọng nam khinh nữ này, tôi tự hào vì mẹ tôi!

(Người tham gia tập huấn “Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết” của HerOwnChoice)



3.2. Các câu chuyện thực tế

Con gái mà mắc bệnh phụ khoa là hư hỏng, phóng túng?

Bạn mình là sinh viên ngành sinh học của Trường Đại học Khoa học Tự nhiên. Dù bạn sống ở trung tâm thành phố Hà Nội nhưng gia đình bạn vẫn có tư tưởng nghiêm khắc, gia giáo. Bạn mắc phải bệnh phụ khoa do thiếu kiến thức về sức khỏe sinh sản nhưng bạn không dám đi khám hay xin trợ cấp từ gia đình để kiểm tra sức khỏe. Mình đã đi cùng với bạn đến bệnh viện và bạn chỉ bị viêm vùng kín do chưa biết vệ sinh cơ thể đúng cách. Nhưng mình nghĩ sức khỏe tinh thần của bạn sẽ ngày càng tệ hơn nếu không được đi khám kịp thời. Mình mong rằng là nữ giới sẽ không bị áp đặt bởi những định kiến bên ngoài vì bạn nói với mình rằng ba mẹ sẽ cho rằng bạn hư hỏng, không nề nếp, phóng túng, còn người quen sẽ chỉ trích, nói xấu bạn vì bệnh tật của bạn dù họ không biết rõ câu chuyện. Mong rằng công bằng y tế sẽ đến với tất cả mọi người.

(Người tham gia tập huấn “Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết” của HerOwnChoice)

CÓ NẾP CÓ TÈ MỚI VUI

Tôi năm nay 42 tuổi, là một giáo viên cấp 2 tại một trường ngoại thành Hà Nội. Tôi có chồng là con trai trưởng trong một gia đình tri thức. Tôi đã có 2 người con gái (18 tuổi và 10 tuổi). Thành thạo, vô tình hoặc hữu ý tôi đã nhận được lời khuyên từ đồng nghiệp, người thân, bố mẹ chồng đề cập tới việc nên “có nếp có tè”. Dù chồng tôi không đề cập tới, anh tôn trọng tôi, không tạo áp lực cho tôi nhưng tôi thấy anh cũng không vui khi có ai nhắc đến chuyện “sinh con trai”

Tôi cảm thấy rất áp lực trong suốt thời gian qua và tới tận bây giờ. Tôi áy náy, day dứt, cũng thương chồng, nhưng tôi không chắc nếu mang thai tiếp có giúp tôi hết áp lực không?

(Người tham gia tập huấn “Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết” của HerOwnChoice)



3.2. Các câu chuyện thực tế

SỰ KIÊN CƯỜNG CỦA MẸ VÀ GIÁ TRỊ CỦA QUYỀN TỰ QUYẾT TRONG SINH SẢN

Gia đình tôi có 3 chị em. Đến thời điểm hiện tại tôi thấy những người họ hàng hay như ông và bố tôi cũng không còn nặng vấn đề sinh con trai nối dõi nữa. Nhưng trong quá khứ, có những điều mẹ tôi không chia sẻ hết tường tận. Mẹ tôi đã bị tác động tâm lý và bị ảnh hưởng bởi quan điểm và góc nhìn của mọi người đến thế nào. Tôi thực sự cảm phục mẹ tôi vẫn luôn giữ được sự mạnh mẽ, kiên cường bất kể có từng bị nạo thai, từng không muốn đẻ con nữa nhưng vẫn quyết định giữ lại đứa con để tôi có được những đứa em gái như hiện tại. Tôi thực sự cảm nhận được quyền tự quyết và sự tự chủ có tác động mạnh đến những nào và dù sinh con trai hay con gái tôi nghĩ rằng đó đều là của trời ban, một điều tuyệt vời mà tạo hoá ban tặng nên mong xã hội sẽ xóa bỏ định kiến đấy!! Rất vui vì ai đó sẽ đọc được thư này của tôi

(Người tham gia tập huấn “Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết” của HerOwnChoice)

VƯỢT QUA ĐỊNH KIẾN ĐỂ TÌM THẤY NIỀM VUI CHO GIA ĐÌNH

Mẹ mình sống trong một gia đình bình thường, nhưng cưới bố mình – con trai cả trong nhà nên có nhiều định kiến về xã hội cũ. Vì là vợ của con trai trưởng nên ông bà nội mình chắc chắn muốn bố mẹ đẻ được một đứa con trai để nối dõi. Tuy nhiên, mẹ mình chỉ đẻ được 3 con gái (là 3 chị của mình) nên ngày xưa ông bà nội kiếm khi đối xử tốt với mẹ và cả 3 chị em nữa. Và cách đó hơn 10 năm sau mẹ lại cố gắng đẻ tiếp – và lúc đó mình ra đời. Lại là một đứa con gái! Và đương nhiên điều đó không tốt chút nào! Mình vẫn nhớ câu nói ngày xưa của mẹ “ Nếu mày là con trai thì giờ đã sống tốt hơn rồi “. Nghe câu nói ấy đến giờ mình vẫn còn tủi lắm. Tuy nhiên, giờ bố mẹ mình cũng thoáng hơn, mình được học hành từ tế nên 4 chị em mình vui vẻ lắm, cũng tích cực hơn nhiều!

(Người tham gia tập huấn “Vượt Định kiến giới, chạm Quyền tự quyết” của HerOwnChoice)





3.2. Các câu chuyện thực tế

CƯỚI CẢ TRÂU LÃN NGHÉ

Mình muốn kể về câu chuyện mà có lẽ nó mang tính xu hướng chung ở thời điểm hiện tại. Trong hoàn cảnh có nhiều các cặp vợ chồng khó khăn trong chuyện có con, thì đã có những tư tưởng "có bầu trước rồi cưới sau". Và không đâu xa ngay chính gia đình mình, hầu hết các người anh họ của mình đều có tư tưởng "làm bạn gái có bầu cho chắc rồi mới cưới". Mặc dù những điều đó không được nói trực tiếp với các chị người yêu nhưng thực sự cũng là con gái mình thấy rằng việc đó có thể là một sự bất công với phụ nữ, việc lập gia đình, có hạnh phúc đang bị đặt nặng nên người con gái.

Người tham gia talkshow 1 "Chủ động yêu" của HerOwnChoice

VƯỢT QUA ĐỊNH KIẾN ĐỂ TÌM THẤY NIỀM VUI CHO GIA ĐÌNH

Một câu chuyện có thật về mình. Đợt sinh viên y 3 mình bận làm sự kiện quá, hôm tổ chức sự kiện chính phải luôn có mặt nên mình đã không thay băng vệ sinh trong vòng nhiều tiếng nên viêm nhiễm. Mình đi khám phụ khoa ở BV X và bác sĩ hỏi 'cháu đã có gia đình chưa?' - 'chưa ạ'. 'cháu đã quan hệ tình dục chưa?'. Mình trả lời 'rồi ạ', định giải thích thêm là cái việc quan hệ nó cách đây hơn năm rồi, không liên quan gì đâu và có lẽ là do viêm nhiễm khi mặc đồ chật và mới hết kỳ kinh nguyệt,...chưa kịp nói thì bác sĩ don't care, thái độ ngay ấy, do quan hệ tình dục đấy quả này lâu, giang mai,..các bệnh về đường tình dục rồi bla bla. :))). 1 trải nghiệm tệ nên giờ chắc mình cũng lười đi khám phụ khoa lắm. Câu chuyện kỳ cục nhưng lúc ở sự kiện có bạn nói 'vì đây là không gian an toàn để chia sẻ', nên mình cứ kể thôi :)))

Người tham gia tập huấn - điền form





3.2. Các câu chuyện thực tế

TÌNH DỤC LÀ ĐIỀU KHÔNG THỂ THIẾU TRONG CUỘC SỐNG NÀY

Liệu rằng quan điểm "Tình dục là điều không thể thiếu trong cuộc sống bình thường" có đúng không? Mình xin được chia sẻ về câu chuyện riêng, và những trải nghiệm riêng của mình về quan điểm này. Mình có những người bạn thuộc cộng đồng người vô tính, và đối với họ tình dục không phải là điều quan trọng, họ không có nhu cầu. Nhưng họ vẫn có cuộc sống bình thường, vẫn biết yêu thương, và có tình yêu thương. Nên mình cảm thấy quan điểm đó không hoàn toàn đúng.

Chia sẻ của diễn giả talkshow 1

TẢNG ĐÁ ĐỊNH KIẾN VÀ HÀNH TRÌNH TÌM CON TRONG VÔ VỌNG

Có con là điều may mắn trong cuộc sống này, nhưng không phải nếu không có thì cuộc sống này sẽ dừng lại. Rất nhiều người vất vả trên hành trình có con, nhưng lý do họ không ngừng bỏ cuộc như vậy đôi lúc lại là do những định kiến xã hội đẩy họ vào hoàn cảnh không có quyền tì quyết. Là một bác sĩ sản đã hỗ trợ rất nhiều gia đình có em bé của riêng họ, nhưng có một trường hợp đặc biệt làm cô nhớ sâu sắc. Đó là lần hỗ trợ trường hợp 2 vợ chồng thụ tinh ống nghiệm nhưng chồng không có tinh trùng và vợ suy buồng trứng, và cách cuối cùng là phải xin cả tinh trùng và trứng để tạo ra em bé, có nghĩa là đứa trẻ sẽ không có gen của cả 2 vợ chồng. Và đặc biệt chi phí cho việc này không phải nhỏ, trong khi đó họ gặp vấn đề rất lớn về kinh tế, cả 2 vợ chồng đều có thu nhập thấp và công việc không ổn định (chồng đánh bắt cá, vợ bán đồ ăn vặt). Những lời khuyên nhận con nuôi thay vì thụ tinh ống nghiệm vì việc này không chỉ tốn kém mà còn có nhiều rủi ro về sức khỏe đã được đưa ra. Dầu vậy họ vẫn nhất quyết thụ tinh ống nghiệm với lý do vì để mọi người nhìn vào thấy vợ có bụng bầu, đang mang thai là được. Do chồng là con trưởng và nhận con nuôi thì cha mẹ già, hàng xóm, họ hàng sẽ lời ra tiếng vào gây áp lực nặng nề đến họ.

Chia sẻ của diễn giả talkshow 2



Phần 4:

Kiến thức cơ bản về các phương pháp hỗ trợ sinh sản, nhận con nuôi và mang thai hộ





4.1. Một số phương pháp hỗ trợ sinh sản



1. Thụ tinh nhân tạo (IUI)



2. Thụ tinh trong ống nghiệm (IVF)



3. Trữ đông trứng





1. Thụ tinh nhân tạo (IUI)¹⁵

Thụ tinh nhân tạo là một thủ thuật điều trị vô sinh bằng cách đặt tinh trùng đã được chuẩn bị đặc biệt trực tiếp vào tử cung của người phụ nữ. Phương pháp này tăng cơ hội thụ thai bằng cách đưa tinh trùng đến gần trứng hơn trong thời điểm rụng trứng.

Quy trình thực hiện IUI:

Theo dõi rụng trứng: Xác định thời điểm rụng trứng thông qua theo dõi chu kỳ kinh nguyệt hoặc sử dụng thuốc kích thích rụng trứng.

01

Chuẩn bị tinh trùng: Tinh trùng từ bạn đời hoặc người hiến tặng được thu thập và xử lý để chọn lọc những tinh trùng khỏe mạnh nhất.

02

Thực hiện IUI: Tinh trùng đã chuẩn bị được đưa trực tiếp vào tử cung bằng ống thông mỏng, thường diễn ra tại phòng khám và không gây đau đớn.

03

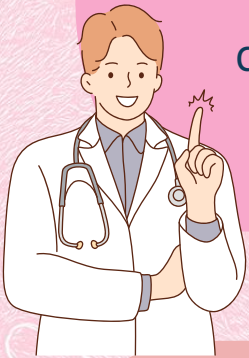
¹⁵ <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/intrauterine-insemination/about/pac-20384722>

Khi nào nên sử dụng IUI?

- Vô sinh không rõ nguyên nhân.
- Chất lượng tinh trùng thấp hoặc các vấn đề về di chuyển của tinh trùng.
- Vấn đề về cổ tử cung hoặc chất nhầy cổ tử cung.
- Sử dụng tinh trùng hiến tặng.

Hiệu quả của IUI

Tỷ lệ thành công của IUI phụ thuộc vào nhiều yếu tố, bao gồm tuổi tác, nguyên nhân vô sinh và việc sử dụng thuốc hỗ trợ sinh sản. Trung bình, tỷ lệ mang thai mỗi chu kỳ dao động từ 10% đến 20%.



Rủi ro và cân nhắc

IUI là một thủ thuật an toàn, nhưng có thể gặp một số rủi ro nhỏ như:

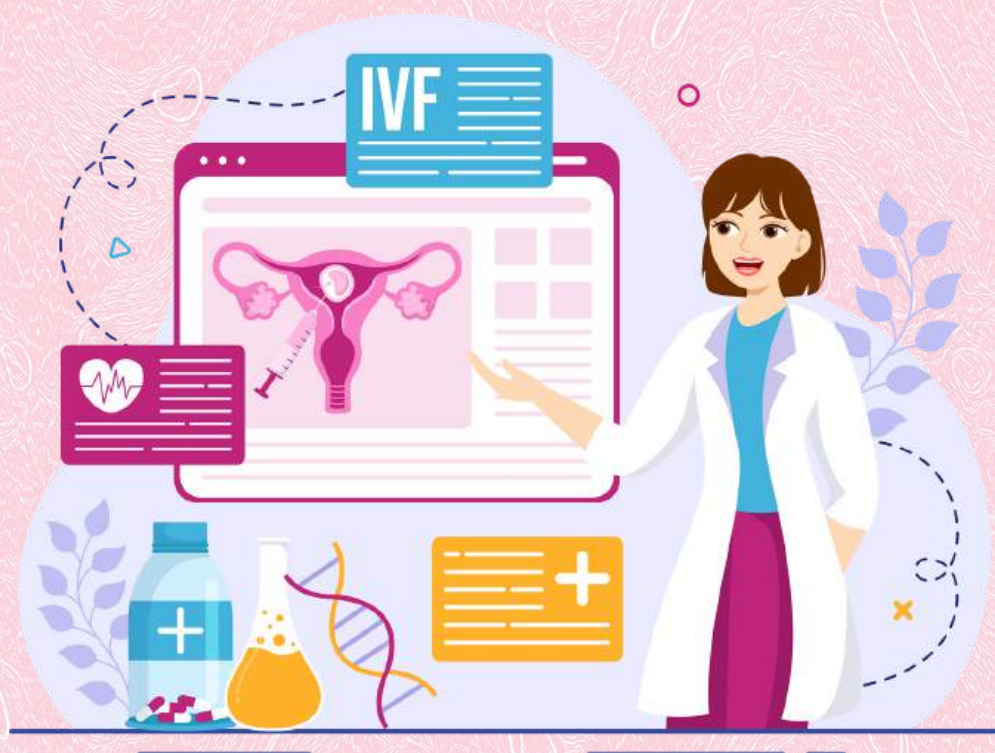
- Nhiễm trùng nhẹ.
- Chảy máu nhẹ sau thủ thuật.
- Nguy cơ mang đa thai nếu sử dụng thuốc kích thích rụng trứng.





2. Thụ tinh trong ống nghiệm (IVF)¹⁶

Thụ tinh trong ống nghiệm (IVF) là một loạt các thủ tục phức tạp được thiết kế để hỗ trợ sinh sản hoặc ngăn ngừa các vấn đề di truyền, giúp thụ thai thành công.

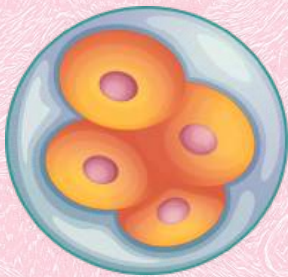


¹⁶ <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/in-vitro-fertilization/about/pac-20384716>

Quy trình thực hiện IVF

1 Kích thích buồng trứng

Sử dụng thuốc để kích thích buồng trứng sản xuất nhiều trứng trưởng thành.



4 Nuôi cấy phôi

Phôi được nuôi trong môi trường đặc biệt để phát triển trong vài ngày.



2 Lấy trứng

Trứng được thu thập từ buồng trứng thông qua một thủ thuật nhỏ.

5 Chuyển phôi

Phôi chất lượng tốt được chuyển vào tử cung, hy vọng sẽ dẫn đến thai kỳ.

3 Thụ tinh

Trứng và tinh trùng được kết hợp trong phòng thí nghiệm để tạo thành phôi.





Khi nào nên xem xét IVF?

- Tổn thương hoặc tắc nghẽn ống dẫn trứng.
- Suy giảm số lượng hoặc chức năng tinh trùng.
- Rối loạn rụng trứng.
- Lạc nội mạc tử cung.
- Vô sinh không rõ nguyên nhân.
- Ngăn ngừa các rối loạn di truyền.



Hiệu quả của IVF

Tỷ lệ thành công của IVF phụ thuộc vào nhiều yếu tố, bao gồm tuổi tác và nguyên nhân vô sinh. Phụ nữ dưới 35 tuổi thường có tỷ lệ thành công cao hơn so với những người lớn tuổi.

Rủi ro liên quan đến IVF:

- Mang đa thai: Khi nhiều phôi được chuyển, nguy cơ mang đa thai tăng lên.
- Hội chứng quá kích buồng trứng: Do phản ứng quá mức với thuốc kích thích, dẫn đến sưng và đau buồng trứng.
- Biến chứng thủ thuật: Như chảy máu, nhiễm trùng hoặc tổn thương cơ quan lân cận trong quá trình lấy trứng.
- Căng thẳng tâm lý: Quy trình IVF có thể gây áp lực tinh thần và cảm xúc cho các cặp vợ chồng.



3. Trữ đông trứng¹⁷

Trữ đông trứng, hay còn gọi là đông lạnh noãn bào, là quá trình thu thập, đông lạnh và lưu trữ trứng chưa thụ tinh của phụ nữ. Khi sẵn sàng mang thai, trứng được rã đông, thụ tinh với tinh trùng trong phòng thí nghiệm và chuyển vào tử cung.

Quy trình trữ đông trứng

Kích thích buồng trứng

Sử dụng hormone để kích thích buồng trứng sản xuất nhiều trứng trong một chu kỳ kinh nguyệt.



Thu hoạch trứng

Trứng trưởng thành được thu thập qua một thủ thuật chọc hút qua âm đạo dưới hướng dẫn siêu âm.

Đông lạnh trứng

Trứng được đông lạnh nhanh chóng bằng phương pháp vitrification, giúp ngăn chặn sự hình thành tinh thể băng có thể gây hại cho tế bào.





Khi nào nên xem xét trữ đông trứng?

- Lý do y tế: Phụ nữ sắp trải qua điều trị ung thư hoặc các bệnh khác có thể ảnh hưởng đến khả năng sinh sản.
- Lý do cá nhân: Phụ nữ chưa muốn sinh con trong tương lai gần.



Hiệu quả của trữ đông trứng

Tỷ lệ thành công phụ thuộc vào tuổi của phụ nữ tại thời điểm đông lạnh trứng; trứng được thu thập ở độ tuổi trẻ hơn thường có chất lượng tốt hơn.

Rủi ro và cân nhắc

- Phản ứng với thuốc kích thích: Có thể gây sưng, đau hoặc hội chứng quá kích buồng trứng (OHSS).
- Thủ thuật thu hoạch trứng: Mặc dù hiếm, nhưng có thể gây chảy máu, nhiễm trùng hoặc tổn thương cơ quan lân cận.
- Chi phí: Quy trình có thể tốn kém và không được bảo hiểm y tế chi trả.



4.2. Nuôi con nuôi ở Việt Nam

Định nghĩa: Nuôi con nuôi là việc xác lập quan hệ cha, mẹ và con giữa người nhận con nuôi và người được nhận làm con nuôi.¹⁸

Quy định về nuôi con nuôi ở Việt Nam

Mục đích nuôi con nuôi: Theo Điều 2, Luật Nuôi con nuôi (2010), việc nuôi con nuôi nhằm xác lập quan hệ cha, mẹ và con lâu dài, bền vững, vì lợi ích tốt nhất của người được nhận làm con nuôi, bảo đảm cho con nuôi được nuôi dưỡng, chăm sóc, giáo dục trong môi trường gia đình.

Nguyên tắc giải quyết việc nuôi con nuôi (Theo Điều 4, Luật Nuôi con nuôi (2010))

- Khi giải quyết việc nuôi con nuôi, cần tôn trọng quyền của trẻ em được sống trong môi trường gia đình gốc.
- Việc nuôi con nuôi phải bảo đảm quyền, lợi ích hợp pháp của người được nhận làm con nuôi và người nhận con nuôi, tự nguyện, bình đẳng, không phân biệt nam nữ, không trái pháp luật và đạo đức xã hội.
- Chỉ cho làm con nuôi người ở nước ngoài khi không thể tìm được gia đình thay thế ở trong nước.

Quy trình và thủ tục nhận con nuôi ở Việt Nam

Độc giả vui lòng tham khảo Chương II. Nuôi con nuôi trong nước và Chương III. Nuôi con nuôi có yếu tố nước ngoài trong Luật Nuôi con nuôi (2010).



4.2. Nuôi con nuôi ở Việt Nam

Người được nhận làm con nuôi: Theo Điều 8, Luật Nuôi con nuôi (2010), người được nhận làm con nuôi là:

- Trẻ em dưới 16 tuổi.
- Người từ đủ 16 tuổi đến dưới 18 tuổi nếu thuộc một trong các trường hợp sau đây: Được cha dượng, mẹ kế nhận làm con nuôi; Được cô, cậu, dì, chú, bác ruột nhận làm con nuôi.
- Một người chỉ được làm con nuôi của một người độc thân hoặc của cả hai người là vợ chồng.
- Nhà nước khuyến khích việc nhận trẻ em mồ côi, trẻ em bị bỏ rơi, trẻ em có hoàn cảnh đặc biệt khác làm con nuôi.

Các hành vi bị cấm: Theo Điều 13, Luật Nuôi con nuôi (2010), những hành vi sau đây bị cấm trong quá trình nuôi con nuôi ở Việt Nam:

- Lợi dụng việc nuôi con nuôi để trục lợi, bóc lột sức lao động, xâm hại tình dục; bắt cóc, mua bán trẻ em.
- Giả mạo giấy tờ để giải quyết việc nuôi con nuôi.
- Phân biệt đối xử giữa con đẻ và con nuôi.
- Lợi dụng việc cho con nuôi để vi phạm pháp luật về dân số.
- Lợi dụng việc làm con nuôi của thương binh, người có công với cách mạng, người thuộc dân tộc thiểu số để hưởng chế độ, chính sách ưu đãi của Nhà nước.
- Ông, bà nhận cháu làm con nuôi hoặc anh, chị, em nhận nhau làm con nuôi.
- Lợi dụng việc nuôi con nuôi để vi phạm pháp luật, phong tục tập quán, đạo đức, truyền thống văn hóa tốt đẹp của dân tộc.



4.3. Mang thai hộ ở Việt Nam

Định nghĩa

Mang thai hộ ở Việt Nam bao gồm:

- Mang thai hộ vì mục đích nhân đạo
- Mang thai hộ vì mục đích thương mại

Mang thai hộ vì mục đích nhân đạo là việc **một người phụ nữ tự nguyện**, không vì mục đích thương mại giúp mang thai cho cặp vợ chồng mà người vợ không thể mang thai và sinh con ngay cả khi áp dụng kỹ thuật hỗ trợ sinh sản, bằng việc lấy noãn của người vợ và tinh trùng của người chồng để thụ tinh trong ống nghiệm, sau đó cấy vào tử cung của người phụ nữ tự nguyện mang thai để người này mang thai và sinh con.¹⁹

Mang thai hộ vì mục đích thương mại là việc một người phụ nữ mang thai cho người khác bằng việc áp dụng kỹ thuật hỗ trợ sinh sản để được hưởng lợi về kinh tế hoặc lợi ích khác.

=> Hiện nay, **luật pháp Việt Nam nghiêm cấm mọi hình thức mang thai hộ vì mục đích thương mại**. Việc mang thai hộ vì mục đích nhân đạo chỉ được áp dụng khi các bên liên quan đáp ứng được các điều kiện được quy định cụ thể trong Luật Hôn nhân gia đình 2014.

¹⁹ Khoản 22, Điều 3, Luật Hôn nhân gia đình năm 2014.

²⁰ Khoản 23, Điều 3, Luật Hôn nhân gia đình năm 2014.



4.3. Mang thai hộ ở Việt Nam

Quy định về mang thai hộ vì mục đích nhân đạo ở Việt Nam

Điều kiện mang thai hộ vì mục đích nhân đạo: Theo Điều 95, Luật Hôn nhân gia đình (2014):

- Việc mang thai hộ vì mục đích nhân đạo phải được thực hiện trên cơ sở tự nguyện của các bên và được lập thành văn bản.
- Vợ chồng có quyền nhờ người mang thai hộ khi có đủ các điều kiện sau đây:
 - Có xác nhận của tổ chức y tế có thẩm quyền về việc người vợ không thể mang thai và sinh con ngay cả khi áp dụng kỹ thuật hỗ trợ sinh sản;
 - Vợ chồng đang không có con chung;
 - Đã được tư vấn về y tế, pháp lý, tâm lý.
- Người được nhờ mang thai hộ phải có đủ các điều kiện sau đây:
 - Là người thân thích cùng hàng của bên vợ hoặc bên chồng nhờ mang thai hộ;
 - Đã từng sinh con và chỉ được mang thai hộ một lần;
 - Ở độ tuổi phù hợp và có xác nhận của tổ chức y tế có thẩm quyền về khả năng mang thai hộ;
 - Trường hợp người phụ nữ mang thai hộ có chồng thì phải có sự đồng ý bằng văn bản của người chồng;
 - Đã được tư vấn về y tế, pháp lý, tâm lý.
- Việc mang thai hộ vì mục đích nhân đạo không được trái với quy định của pháp luật về sinh con bằng kỹ thuật hỗ trợ sinh sản.

Quyền và nghĩa vụ của người mang thai hộ và cặp vợ chồng nhờ mang thai hộ ở Việt Nam: Độc giả vui lòng tham khảo Điều 97 và Điều 98 trong Luật Hôn nhân gia đình (2014).



Phần 5:

Văn bản pháp luật và chính sách liên quan đến sức khỏe sinh sản ở Việt Nam





**Pháp lệnh của Ủy ban Thường vụ Quốc hội số
06/2003/pl-ubtvqh11 ngày 09 tháng 01 năm 2003
về dân số**

**Quy định về
quyền và trách
nhiệm liên quan
đến sinh đẻ có kế
hoạch**



**Điều 2. Nguyên tắc của
công tác dân số:**

Bảo đảm việc ***chủ động, tự nguyện, bình đẳng*** của mỗi cá nhân, gia đình trong ***kiểm soát sinh sản, chăm sóc sức khỏe sinh sản***

**Điều 4. Quyền và nghĩa vụ
của công dân về công tác
dân số:**

Công dân có ***quyền lựa chọn*** các biện pháp chăm sóc sức khỏe sinh sản, kế hoạch hoá gia đình và nâng cao chất lượng dân số

**Điều 24. Xây dựng gia đình no
ấm, bình đẳng, tiến bộ, hạnh
phúc và bền vững:**

Các thành viên trong gia đình có ***trách nhiệm hỗ trợ*** nhau trong việc ***thực hiện các biện pháp*** chăm sóc sức khỏe, sức khỏe sinh sản, kế hoạch hoá gia đình, ***nâng cao*** đời sống vật chất và tinh thần cho từng thành viên



Luật Bình đẳng giới năm 2006

Điều 17 quy định ***nam, nữ bình đẳng*** trong ***tham gia các hoạt động*** giáo dục, truyền thông về chăm sóc sức khỏe, sức khỏe sinh sản và ***sử dụng các dịch vụ y tế***

Điều 33 quy định về ***trách nhiệm của gia đình*** trong việc chăm sóc sức khỏe sinh sản và tạo điều kiện cho phụ nữ thực hiện làm mẹ an toàn.

Luật Hôn nhân và Gia đình năm 2014

Quy định về ***quyền sinh sản***, bao gồm mang thai hộ vì ***mục đích nhân đạo*** (xem Phần 5.2. Mang thai hộ ở Việt Nam)



Luật Bảo hiểm xã hội năm 2014

Quy định chi tiết về bảo hiểm xã hội bắt buộc đối với chế độ thai sản



Điều 30. Đối tượng áp dụng chế độ thai sản

Điều 31. Điều kiện hưởng chế độ thai sản

Điều 32. Thời gian hưởng chế độ khi khám thai

Điều 33. Thời gian hưởng chế độ khi sẩy thai, nạo, hút thai, thai chết lưu hoặc phá thai bệnh lý

Điều 34. Thời gian hưởng chế độ khi sinh con

Điều 35. Chế độ thai sản của lao động nữ mang thai hộ và người mẹ nhờ mang thai hộ

Điều 36. Thời gian hưởng chế độ khi nhận nuôi con nuôi

Điều 37. Thời gian hưởng chế độ khi thực hiện các biện pháp tránh thai

Điều 38. Trợ cấp một lần khi sinh con hoặc nhận nuôi con nuôi

Điều 39. Mức hưởng chế độ thai sản

Điều 40. Lao động nữ đi làm trước khi hết thời hạn nghỉ sinh con

Điều 41. Dưỡng sức, phục hồi sức khỏe sau thai sản



Bộ Luật Lao động năm 2019

Đảm bảo quyền lợi cho phụ nữ mang thai, nghỉ thai sản và nuôi con

Điều 137. Bảo vệ thai sản

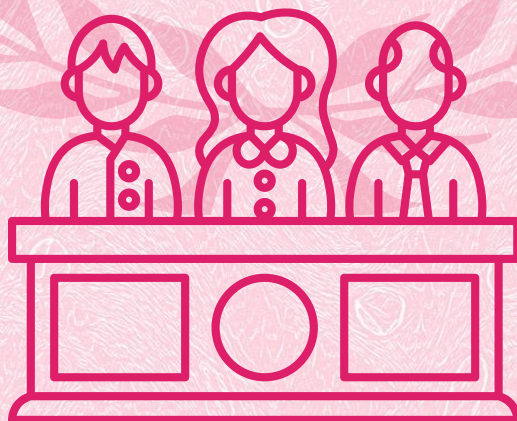
Điều 138. Quyền đơn phương chấm dứt, tạm hoãn hợp đồng lao động của lao động nữ mang thai

Điều 139. Nghỉ thai sản

Điều 140. Bảo đảm việc làm cho lao động nghỉ thai sản

Điều 141. Trợ cấp trong thời gian chăm sóc con ốm đau, thai sản và thực hiện các biện pháp tránh thai

Điều 142. Nghề, công việc có ảnh hưởng xấu tới chức năng sinh sản và nuôi con





Quyết định số 2779/QĐ-BYT ngày 04 tháng 06 năm 2021 của Bộ Y tế về việc phê duyệt “Kế hoạch hành động quốc gia về chăm sóc sức khỏe sinh sản, tập trung vào chăm sóc sức khỏe bà mẹ, trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ giai đoạn 2021 - 2025”

Kế hoạch nhằm ***cải thiện tình trạng*** sức khỏe sinh sản, tập trung vào cải thiện ***sức khỏe bà mẹ, trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ***, ưu tiên các ***vùng khó khăn*** nhằm ***giảm sự khác biệt*** về các chỉ tiêu sức khỏe, dinh dưỡng, tử vong mẹ, tử vong trẻ em giữa các vùng miền hướng tới thực hiện các Mục tiêu Phát triển bền vững vào năm 2030





Phần 6

Tài liệu khuyến nghị đọc thêm

1. **Tuyên ngôn Quốc tế Nhân quyền (UDHR) (1948)** - Đại hội đồng Liên Hợp Quốc
2. **Công ước về xóa bỏ tất cả các hình thức phân biệt đối xử chống lại phụ nữ (CEDAW) (1979)** - Đại hội đồng Liên Hợp Quốc
3. **Chương trình hành động của Hội nghị quốc tế về dân số và phát triển (ICPD) (1994)**
4. **My Body Is My Own: Claiming the Right to Autonomy and Self-Determination** (Tạm dịch: Cơ thể tôi là của riêng tôi: Đòi quyền tự chủ và tự quyết) (2021) - Quỹ Dân số Liên Hợp Quốc (UNFPA)
5. **Chiến lược Dân số và Sức khỏe sinh sản Việt Nam đến năm 2030** - Bộ Y tế Việt Nam
6. **Hướng dẫn quốc gia về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản** - Nội dung chăm sóc sức khỏe sinh sản vị thành niên và thanh niên (Ban hành kèm theo Quyết định số 3261/QĐ-BYT ngày 04 tháng 11 năm 2024 của Bộ Y tế)

