

越南文

Nhận biết về chứng vô sinh

Vô sinh là gì? (何謂不孕?)

Sau khi vợ chồng lấy nhau được 1 năm, trong tình trạng không sử dụng các biện pháp tránh thai mà người vợ vẫn chưa có thai thì có thể coi là vô sinh. Tỷ lệ vô sinh của những cặp vợ chồng là 15%.

Thời kỳ rụng trứng (排卵期)

Chu kỳ kinh nguyệt của phụ nữ bình thường là 28 ngày, ngày rụng trứng là ngày nằm trong khoảng 14 ngày sau khi có kinh nguyệt.

Thời gian trước, sau khi rụng trứng 3 ngày và ngày rụng trứng được gọi là thời kỳ rụng trứng, là thời gian dễ thụ thai nhất.

Ngoài thời kỳ rụng trứng, thời gian còn lại là giai đoạn an toàn.

Nếu muốn sử dụng giai đoạn an toàn để tránh thai, thì nên sử dụng kèm với các biện pháp tránh thai khác (như: bao cao su, thuốc tránh thai v.v...), bởi vì tính biến đổi của chu kỳ, tỷ lệ tránh thai thành công không cao.

Để nâng cao cơ hội thụ thai, phải nắm bắt rõ thời kỳ thụ thai của phụ nữ.

Tinh trùng trong đường sinh dục của nữ giới có thể sống sót trong 72 giờ, trong khi trứng chỉ có thể tồn tại trong 24 giờ.

Giao hợp trong vòng 3 ngày trước khi rụng trứng và trong vòng 1 ngày sau khi rụng trứng thì có nhiều khả năng thụ thai.

中文對照說明

認識不孕症

何謂不孕?

夫婦在婚後一年內，沒有任何避孕的情況下，妻子沒有懷孕，就可能是不孕。已婚夫婦發生不孕的機會約為 15%。

排卵期

女性的月經週期正常為 28 天，排卵日期在月經來潮後的第 14 天左右。

排卵日及其前後 3 天稱為排卵期，是最容易受孕的期間。

除了排卵期，其餘的時間為安全期。

若想使用安全期來避孕的話，因為周期的變化性，成功率並不算高，建議搭配其他的避孕方式(如：保險套、避孕藥...等)。要提升受孕機會，就要掌握女性的受孕期。

精子在女性的生殖道內可存活 72 小時，而卵子只可存活 24 小時。

在排卵前的 3 天內和排卵後的 1 天內發生的性行為較可能受精懷孕。

Nguyên nhân dẫn đến vô sinh ở phụ nữ (女性不孕的原因)

1. Trong các cặp vợ chồng vô sinh, khoảng 60% nguyên nhân là do phụ nữ.
2. Các vấn đề về buồng trứng, ống dẫn trứng, tử cung, cổ tử cung và các phương diện khác của phụ nữ đều có thể gây ra vô sinh.
3. Chu kỳ kinh nguyệt của phụ nữ và lượng kinh nguyệt, tiền sử sinh sản, có hay không tiền sử bệnh viêm vùng chậu.
4. Tuổi của phụ nữ, có hay không bị bệnh sinh dục, hút thuốc lá, nghiện rượu, nghiện ma túy hoặc các bệnh mãn tính, v.v...
5. Tính chất công việc của phụ nữ, thuốc hóa chất, bức xạ và các yếu tố khác đều phải được xem xét.
6. Quá béo hoặc quá gầy, thường xuyên vận động mạnh, giảm cân quá độ, cuộc sống căng thẳng, bệnh về buồng trứng, rối loạn chức năng tuyến yên, tăng Prolactin máu, rối loạn chức năng tuyến giáp, và các vấn đề khác ảnh hưởng đến sự rụng trứng bình thường.
7. Tác nghẽn hoặc dính vòi trứng cũng là một trong những lý do quan trọng dẫn đến vô sinh.
8. Dính khoang tử cung, u thịt nội mạc tử cung, u xơ tử cung, u cơ tuyến tử cung, tử cung bị dị tật bẩm sinh, v.v...
9. Hiếm trùng cổ tử cung, kháng thể kháng tinh trùng, rối loạn chức năng nhày cổ tử cung, đều có thể gây ra vô sinh.

Nguyên nhân vô sinh ở nam giới (男性不孕的原因)

1. Rối loạn nhiễm sắc thể bẩm sinh; rối loạn hệ thống nội tiết.
2. Rối loạn chức năng tinh hoàn; giãn tĩnh mạch tinh, v.v.; rối loạn chức năng vận chuyển tinh trùng.
3. Thói quen cuộc sống, môi trường làm việc, bệnh tật về thể chất, tinh thần và các yếu tố khác, chẳng hạn như: thuốc, phóng xạ, và các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác.

女性不孕的原因

1. 在不孕症的夫婦中，約有 60% 的不孕原因來自女性。
2. 女性卵巢、輸卵管、子宮、子宮頸等各方面的問題，都可能造成不孕。
3. 女性月經週期及月經量、生產史、有無骨盆腔發炎的病史。
4. 女性的年紀、有無感染過性病、抽菸、酗酒、藥癮或是慢性疾病等。
5. 女性的工作性質，化學藥劑、放射線照射等因素都要考量。
6. 太胖或太瘦、長期劇烈的運動、過度減重、生活壓力、卵巢病變、腦下垂體功能異常、高泌乳激素血症、甲狀腺功能異常等問題影響正常的排卵。
7. 輸卵管的阻塞或沾粘，也是不孕症的重要原因之一。
8. 子宮內腔沾粘、子宮內膜息肉、子宮肌瘤、子宮肌腺瘤、子宮先天畸形等。
9. 子宮頸感染、抗精蟲抗體、子宮頸黏液功能不良，都可能造成不孕。

男性不孕的原因

1. 先天性染色體異常；內分泌系統異常；
2. 睪丸功能異常；精索靜脈曲張等；精蟲運輸功能異常；
3. 生活習慣、工作環境、身心疾病及其他因素，如：藥物、放射

線、性病等。

Kết luận (結論)

Khám và điều trị bệnh vô sinh là khá phức tạp, các cặp vợ chồng nên tham gia vào toàn bộ quá trình. Hai vợ chồng nên động viên nhau, để cho tình cảm càng yêu thương gắn bó hơn, như vậy mới có thêm cơ hội để tạo nên kết tinh của tình yêu.

結論

不孕的檢查和治療都相當繁瑣，夫婦雙方應該共同參與整個過程。夫婦要互相鼓勵，讓感情更加恩愛，才更有機會創造出愛的

結晶。

