

Sức khỏe âm hộ và âm đạo

Điều quan trọng là quý vị phải chăm sóc âm hộ và âm đạo (vùng kín của phụ nữ) Những bệnh ảnh hưởng đến vùng này là bình thường và dễ điều trị, nhưng nếu lo lắng quý vị có thể nói chuyện với bác sĩ.

Âm hộ và âm đạo khác nhau ra sao?

Một số người nghĩ âm hộ là âm đạo, nhưng chúng khác nhau. Âm hộ là phần quý vị có thể thấy. Âm hộ bao gồm môi trong và môi ngoài, âm vật, miệng niệu đạo (nơi nước tiểu chảy ra) và miệng âm đạo. Âm đạo là phần bên trong cơ thể mà quý vị không thể thấy được. Đây là nơi quý vị đút nút bông thấm vào khi có kinh.



Những gì có thể ảnh hưởng đến vùng này?

Ngứa ngứa

Da âm hộ rất mẫn cảm, vì thế nhiều điều có thể gây ngứa ngứa.

Tình trạng ngứa âm hộ có thể khó chịu.

Các triệu chứng có thể bao gồm:

- rất hoặc ngứa
- cảm giác nhột nhật dưới da
- đỏ hoặc sưng
- da khô hoặc nứt nẻ
- da trắng bệch
- đau khi quan hệ tình dục

Huyết trắng

Tất cả phụ nữ đều có dịch âm đạo và dịch chất để giữ ẩm và giữ cho âm hộ và âm đạo khỏe mạnh, nhưng đôi khi ra huyết trắng do bị nhiễm trùng.

Nhiễm trùng

Có nhiều trường hợp nhiễm trùng có thể ảnh hưởng đến âm hộ và âm đạo, ví dụ như bệnh nấm. Bệnh nấm là trường hợp nhiễm trùng phổ biến, do loại nấm candida, ảnh hưởng khoảng 75% phụ nữ ít nhất một lần trong cuộc đời.

Nhiễm trùng âm đạo có thể gây các triệu chứng như là:

- bồng rộp hoặc ngứa chung quanh âm hộ
- dịch âm đạo có mùi hôi hoặc màu khác với màu bình thường
- đau trong lúc quan hệ tình dục
- có cảm giác đau khi tiểu tiện
- âm hộ và âm đạo sưng hoặc đỏ
- da âm hộ bị nứt

Dị ứng và các bệnh về da

Một số sản phẩm có thể gây dị ứng, dẫn đến đau rát chung quanh âm hộ. Ví dụ như nút bông thấm, xà bông, quần vải sợi tổng hợp chặt (Lycra) và chất thuốc tẩy clo (từ hồ bơi). Nhiều bệnh về da khác có thể ảnh hưởng đến âm hộ.

Tuổi tác

Vào khoảng giai đoạn mãn kinh, da âm hộ và âm đạo có thể trở nên mỏng hơn, dẫn đến tình trạng khô, đau rát và đau trong lúc quan hệ tình dục.

Đau âm hộ và âm đạo

Tình trạng đau âm hộ và âm đạo có thể do nhiều nguyên nhân khác nhau. Ví dụ như nhiễm trùng, các bệnh về da, cơ sàn chậu thắt chặt, dây thần kinh và mô bị tổn thương do giải phẫu hoặc sinh con.

Khi nào đi cho bác sĩ khám

Nếu lo lắng về tình trạng âm hộ đau rát, ra huyết trắng hoặc đau thì điều quan trọng là đi cho bác sĩ khám.

Bác sĩ có thể khám, quét lấy mẫu hoặc làm những xét nghiệm khác để tìm nguyên nhân gây ra vấn đề. Tùy vào nguyên nhân, họ có thể cho quý vị thuốc mỡ hoặc kem, thuốc viên hoặc thông tin về cách chăm sóc vùng này. Trong một số trường hợp, họ có thể giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa.

Quý vị có thể tìm hiểu thêm về cách chăm sóc âm hộ của mình bằng cách đọc tập sách nhỏ của chúng tôi:

[The Vulva](#) (chỉ có bản tiếng Anh).

Muốn biết thêm thông tin, hãy truy cập jeanhailes.org.au/health-a-z/vulva-vagina-ovaries-uterus

Được cập nhật vào Tháng 6 năm 2022.

Tờ thông tin này được soạn ra nhằm mục đích cung cấp thông tin và giáo dục. Thông tin này không nhằm mục đích cung cấp lời khuyên y khoa cụ thể hoặc thay cho lời khuyên của bác sĩ.

Jean Hailes for Women's Health trân trọng biết ơn sự hỗ trợ của Chính phủ Úc.

© Jean Hailes for Women's Health 2022

Jean Hailes for Women's Health nói chung và bao gồm tất cả đối với chủ đề về sức khỏe phụ nữ. Tờ thông tin này sử dụng một cách tổng quát những thuật ngữ 'phụ nữ' và 'con gái'. Những thuật ngữ này nhằm bao gồm phụ nữ có bản năng giới tính đa dạng, phụ nữ liên giới tính và phụ nữ chuyển giới.

Jean Hailes
FOR WOMEN'S HEALTH

Điện thoại 03 9453 8999
jeanhailes.org.au