

Tạp chí Y tế Công cộng

Hội Y tế Công cộng Việt Nam xuất bản

Vietnam Journal of Public Health Published by Vietnam Public Health Association

Tổng biên tập:

GS. Lê Vũ Anh

Phó tổng biên tập:

GS. Colin W.Binns (Curtin University)

Ban biên tập:

GS. Andy H.Lee (Curtin University)

PGS.TS. Đỗ Văn Dũng (Đại học Y Dược thành phố HCM)

GS. Guy Lanza (The State University of New York, United States)

TS. Lê Cự Linh (Trường Đại học VinUni)

PGS.TS. Hoàng Văn Minh (Trường Đại học Y tế Công cộng)

GS. Juhwan Oh (Seoul National University)

GS. Kevin Mulvey (SAMHSA/Northeastern University)

GS. Lembit Sihver (Technische Universität Wien – Atominstytut)

GS. Mike Capra (University of Queensland, Australia)

TS. Nguyễn Ngọc Bích (Trường Đại học Y tế Công cộng)

PGS.TS. Nguyễn Thanh Hương (Trường Đại học Y tế Công cộng)

TS. Phạm Đức Phúc (Trường Đại học Y tế công cộng)

PGS.TS. Phạm Việt Cường (Trường Đại học Y tế Công cộng)

TS. Phùng Trí Dũng (Griffith University, Australia)

TS. Trần Thị Tuyết Hạnh (Trường Đại học Y tế Công cộng)

GS. Trude Bennett (University of North Carolina, United States)

PGS.TS. Vũ Thị Hoàng Lan (Trường Đại học Y tế Công cộng)

Hội đồng cố vấn:

GS. Đặng Nguyên Anh (Viện Hàn lâm Khoa học xã hội Việt Nam)

PGS.TS. Jennifer S. Hirsch (Columbia University)

GS. Nguyễn Công Khẩn (Bộ Y tế)

GS. Nguyễn Văn Tuấn (Garvan Institute)

Tòa soạn:

Phòng 503 - 504, Nhà E1, Khu Ngoại giao đoàn Trung Tự.

Số 06 Đặng Văn Ngữ, Đống Đa, Hà Nội.

Điện thoại: 024.37368065/ Fax: 024.37366265

Email: tapchiytcc@vpha.org.vn

Giấy phép số: 531/GP-BTTTT. Cấp ngày: 24-04-2009



Tạp chí Y tế Công cộng

ISSN 1859 - 1132

Số 56, tháng 09/2021

MỤC LỤC

- Mối liên quan giữa nhiệt độ và số ca nhập viện do mắc một số bệnh đường hô hấp ở tỉnh Điện Biên giai đoạn 2012 -2019: phân tích chuỗi thời gian.** [6]
Đông Thị Hồng Nhung, Phạm Văn Mẫn, Nguyễn Thị Trang Nhung
- Thực trạng hài lòng người bệnh đến khám chữa bệnh ngoại trú tại khoa Khám bệnh bệnh viện Phú Nhuận 6 tháng đầu năm 2020** [15]
Lê Minh Thi, Hoàng Đức Quyền, Tô Thị Thu Hà
- Thực trạng nghiên cứu internet và một số yếu tố liên quan của sinh viên trường Đại học Y – Dược, Đại học Huế năm 2018** [25]
Hồ Thị Linh Đan, Nguyễn Thị Hồng Hải, Nguyễn Thị Mai, Nguyễn Võ Trà Mi, Trần Thị Hoa, Trần Thị Thanh Hồng, Võ Ngọc Hồng Phúc, Tôn Nữ Nam Trân, Trần Thị Quỳnh Tâm, Trần Thị Mỹ Huyền, Phan Văn Thắng, Hà Minh Phương, Nguyễn Thị Minh Hòa, Trịnh Thị Việt Hằng, Võ Thị Tố Nga, Hồ Hoàng Nhi, Nguyễn Thị Cẩm Nhi, Châu Nguyên Đan, Phạm Thị Thu Hà, Nguyễn Đức Dân, Trịnh Ngọc Tấn, Hoàng Tuấn Anh, Nguyễn Hoàng Minh, Võ Ngọc Hà My, Hoàng Hữu Hải, Nguyễn Thanh Gia, Trần Bình Thắng, Lê Đình Dương, Trần Anh Quốc, Trần Đình Trung, Hoàng Hữu Khôi, Nguyễn Minh Tú
- Kiến thức, thái độ về quản lý vệ sinh kinh nguyệt của học sinh nữ 10-18 tuổi** [36]
Bùi Thị Tú Quyên, Phan Đình Hiệp, Bùi Thị Ngọc, Nguyễn Thị Ngân, Lê Minh Thi
- Thực hành về sử dụng hóa chất bảo vệ thực vật của người dân xã Thanh An, huyện Điện Biên, tỉnh Điện Biên, năm 2019** [49]
Trịnh Khánh Linh, Trần Như Nguyên, Nguyễn Thị Hoàng Ngân, Đoàn Thị Cẩm Anh, Nguyễn Thị Thảo, Nguyễn Thị Hương, Đỗ Thị Diệu Linh, Lê Khánh Linh.
- Thực trạng tuân thủ các hướng dẫn phòng bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19 của người bệnh ngoại trú và một số yếu tố liên quan tại Bệnh viện Đại học Y Dược TP Hồ Chí Minh, năm 2021** [59]
Lê Ngọc Quỳnh Anh, Trương Phi Hùng, Trương Quang Tiến, Nguyễn Thành Luân, Đỗ Thị Bé My, Lê Minh Đạt



Viet Nam Journal of Public Health

Published by Viet Nam Public Health Association

ISSN 1859 - 1132

Issue 56, 09/2021

CONTENTS

Association between ambient temperature and hospital admissions for respiratory diseases in Dien Bien province, Vietnam from 2012 to 2019: a time-series analysis. [6]

Dong Thi Hong Nhung, Pham Van Man, Nguyen Thi Trang Nhung [15]

Out-patient's satisfaction at the Department of Examination of Phu Nhuan hospital in the first six months of 2020

Le Minh Thi, Hoang Duc Quyen, To Thi Thu Ha [25]

Prevalence of internet addiction and some associated factors in students at University of Medicine and Pharmacy, Hue University in 2018

Ho Thi Linh Dan, Nguyen Thi Hong Hai, Nguyen Thi Mai, Nguyen Vo Tra Mi, Tran Thi Hoa, Tran Thi Thanh Hong, Vo Ngoc Hong Phuc, Ton Nu Nam Tran, Tran Thi Quynh Tam, Tran Thi My Huyen, Phan Van Thang, Ha Minh Phuong, Nguyen Thi Minh Hoa, Trinh Thi Viet Hang, Vo Thi To Nga, Ho Hoang Nhi, Nguyen Thi Cam Nhi, Chau Nguyen Dan, Pham Thi Thu Ha, Nguyen Duc Dan, Trinh Ngoc Tan, Hoang Tuan Anh, Nguyen Hoang Minh, Vo Ngoc Ha My, Hoang Huu Hai, Nguyen Thanh Gia, Tran Binh Thang, Le Dinh Duong, Tran Anh Quoc, Tran Dinh Trung, Hoang Huu Khoi, Nguyen Minh Tu

Knowledge and attitude of menstrual hygiene management among female students between 10-18 years old [36]

Bui Thi Tu Quyen, Phan Dinh Hiep, Bui Thi Ngoc, Nguyen Thi Ngan, Le Minh Thi [49]

Practice on using pesticides by people in Thanh An commune, Dien Bien district, dien bien province, 2019

Trinh Khanh Linh, Tran Nhu Nguyen, Nguyen Thi Hoang Ngan, Doan Thi Cam Anh, Nguyen Thi Thao, Nguyen Thi Huong, Do Thi Dieu Linh, Le Khanh Linh.

Status of compliance with guidelines for prevention of acute respiratory infections COVID-19 by outpatients and some related factors at University Medical Center HCMC, 2021 [59]

Le Ngoc Quynh Anh, Truong Phi Hung, Truong Quang Tien, Nguyen Thanh Luan, Do Thi Be My, Le Minh Dat

Kiến thức, thái độ về quản lý vệ sinh kinh nguyệt của học sinh nữ 10-18 tuổi

Bùi Thị Tú Quyên¹, Phan Đình Hiệp², Bùi Thị Ngọc², Nguyễn Thị Ngân³, Lê Minh Thi¹

Tóm tắt

Đặt vấn đề: Quản lý vệ sinh kinh nguyệt là một vấn đề thiết yếu trong chăm sóc sức khỏe phụ nữ và trẻ em gái. Tại Việt Nam, nghiên cứu về quản lý vệ sinh kinh nguyệt chưa có nhiều. Nghiên cứu nhằm mô tả kiến thức và thái độ về quản lý vệ sinh kinh nguyệt của học sinh nữ 10-18 tuổi.

Phương pháp: Nghiên cứu mô tả cắt ngang, kết hợp định lượng và định tính. Nghiên cứu định lượng thực hiện trên 494 học sinh nữ. Nghiên cứu định tính thực hiện 7 thảo luận nhóm và 14 phỏng vấn sâu đối với giáo viên và học sinh tại 7 trường của Hà Nội và Quảng Bình năm 2021.

Kết quả: Nghiên cứu cho thấy gần 2/3 học sinh (64,6%) có kiến thức về vệ sinh kinh nguyệt đạt yêu cầu/hoặc ở mức độ “đạt”, trong đó kiến thức này đạt mức trung bình là 40,9% và tốt là 23,7%. Chỉ có 1,6% học sinh tiểu học có kiến thức tốt về quản lý vệ sinh kinh nguyệt. Đa số có thái độ kém hoặc mức trung bình với kinh nguyệt và quản lý vệ sinh kinh nguyệt (98,2%). Tỷ lệ học sinh tự tin ở trường khi có kinh nguyệt là rất thấp (1,6%). Có sự khác biệt về kiến thức, thái độ và mức độ tự tin về quản lý vệ sinh kinh nguyệt theo khu vực, dân tộc, và theo cấp học. Học sinh còn có các quan niệm cơ thể phụ nữ khi hành kinh là ‘bẩn’ và cho rằng cần kiêng kị một số hoạt động khi hành kinh tại cộng đồng.

Kết luận và Khuyến nghị: Cần nâng cao kiến thức và thái độ của học sinh về quản lý vệ sinh kinh nguyệt, chú trọng đối tượng học sinh tiểu học và học sinh khu vực nông thôn. Nhà trường, thầy cô và phụ huynh chú trọng cải tạo nhà vệ sinh tại trường học và chú ý đảm bảo nước và xà phòng tại nhà vệ sinh của trường, tạo môi trường thân thiện và tăng tự tin cho học sinh nữ khi ở trường.

Từ khóa: kiến thức, thái độ, vệ sinh kinh nguyệt, học sinh nữ.

Knowledge and attitude of menstrual hygiene management among female students between 10-18 years old

Bui Thi Tu Quyen¹, Phan Dinh Hiep², Bui Thi Ngoc², Nguyen Thi Ngan³, Le Minh Thi¹

Abstract:

Background: Menstrual hygiene management (MHM) is an essential issue in women's and girls'

health care. In Vietnam, there is not much research on menstrual hygiene management. The study aims to describe the knowledge and attitude of menstrual hygiene management among 10–18-year-old female students.

Methods: A cross-sectional study design, combining quantitative and qualitative methods. Quantitative study was conducted with 494 female students using self-administration questionnaires. Qualitative study was applied with 7 group discussions with female students and 14 in-depth interviews with teachers. The study was conducted in Hanoi and Quang Binh in 2021.

Results: The study results showed that about two thirds of students (64.6%) had good knowledge about menstrual hygiene, of which the average knowledge was 40.9% and good was 23.7%. Only 1.6% of primary school students have good knowledge of menstrual hygiene management. Most of students had poor and moderate attitude of menstrual hygiene management (98.2%). The percentage of students who are confident at school when menstruating is very low (1.6%). There were significant differences in knowledge and attitude of menstrual hygiene management by educational level and by areas. Female students also have the notion that the female body during menstruation was 'dirty' and they should follow some negative traditional practices during their period.

Conclusion and Recommendations: The study recommends that knowledge and attitude of menstrual hygiene management should be improved among students. The school, teachers and parents focus on building and cleaning school's toilets, providing enough soap and water, and creating a friendly environment for students at schools.

Keywords: knowledge, attitude, menstrual hygiene management, female students.

Tác giả:

1. Trường Đại học Y tế Công cộng, 1A Đức Thắng, Bắc Từ Liêm, Hà Nội
2. Tổ chức Plan International, 58C Kim Mã, Hà Nội
3. Hội liên hiệp phụ nữ Việt Nam, Hàng Chuối, Hà Nội.

Đặt vấn đề

Kinh nguyệt là một hiện tượng sinh lý bình thường, xuất hiện định kỳ hàng tháng trong giai đoạn từ khi dậy thì tới mãn kinh của người phụ nữ. Độ tuổi bắt đầu có kinh nguyệt ở các bé gái tùy thuộc khu vực địa lý, chủng tộc, dinh dưỡng và nhiều đặc điểm cá nhân khác. Ở các nước có thu nhập thấp và trung bình, độ tuổi có kinh lần đầu ở bé gái khoảng từ 8-16 tuổi, trung

bình là 13 tuổi¹. Nếu lấy tuổi mãn kinh trung bình của người phụ nữ là 50 thì có tới 1400 ngày trong cuộc đời một người phụ nữ sẽ phải quản lý và vệ sinh kinh nguyệt cho mình².

Quản lý vệ sinh kinh nguyệt (VSKN) là một khái niệm mới ra đời do quỹ Nhi đồng Liên Hợp quốc khởi xướng nhằm thực hiện chương trình nghị sự tới 2030. Quản lý VSKN đề cập đến 'việc tiếp cận với các sản phẩm vệ sinh kinh

nguyệt để hấp thụ máu trong kỳ kinh nguyệt, được thay vật liệu thấm máu tại nơi riêng tư trong quá trình hành kinh, sử dụng xà phòng và nước rửa theo yêu cầu và tiếp cận các cơ sở (nhà vệ sinh, thùng rác) để vứt bỏ các vật liệu quản lý kinh nguyệt đã qua sử dụng². Điều này bao gồm “các yếu tố hệ thống rộng hơn liên kết kinh nguyệt với sức khỏe, hạnh phúc, bình đẳng giới, giáo dục, công bằng, trao quyền và quyền”². Quản lý VSKN không tốt có thể để lại nhiều ảnh hưởng sức khỏe, từ những triệu chứng nhẹ như ngứa cho đến những ảnh hưởng nặng nề như viêm nhiễm, có thể vô sinh². Ngoài ra quản lý VSKN kém cũng góp phần gây ra sự bất bình đẳng, tăng nguy cơ nghỉ học ở trẻ em gái bên cạnh những hậu quả về sức khỏe³⁻⁵. Các nghiên cứu trước đây chỉ tập trung nội dung giáo dục giới tính, sức khỏe sinh sản hoặc quan hệ tình dục chung^{2,6}.

Trang bị kiến thức về kinh nguyệt tốt của trẻ em gái sẽ giúp các em tránh được sự sợ hãi hoặc những tổn thương về tâm lý khi bất ngờ thấy sự xuất hiện của máu ở âm đạo, kiến thức tốt sẽ giúp trẻ em gái tránh được các bệnh viêm nhiễm ảnh hưởng đến sức khỏe⁸⁻¹⁰. Theo quỹ Nhi đồng Liên Hợp quốc, trang bị kiến thức về vệ sinh kinh nguyệt nên thực hiện sớm từ bậc tiểu học, trước khi các em bước vào độ tuổi dậy thì². Đồng thời, giáo dục giới tính và vệ sinh kinh nguyệt cũng cần đề cập thay đổi các phong tục tập quán ảnh hưởng tới phụ nữ và trẻ em gái trong chu kỳ kinh nguyệt, nhằm giảm kỳ thị và giảm bất công bằng giới^{2,5}.

Ở Việt Nam, giáo dục về quản lý vệ sinh kinh nguyệt và sức khỏe sinh sản (SKSS) vẫn chưa được chính thức đưa vào chương trình giảng

dạy và giáo viên cũng hầu như chưa được đào tạo đầy đủ về kỹ năng giảng dạy khía cạnh này^{5,6}. Các trường học thiếu các cơ sở vật chất để giúp các em học sinh nữ vệ sinh kinh nguyệt, bao gồm nhà vệ sinh, thiết bị rửa đảm bảo sự riêng tư và an toàn, và các vật liệu vệ sinh cá nhân cần thiết⁷. Nghiên cứu này trích từ đánh giá đầu vào dự án ***Tự tin là chính mình*** được thực hiện bởi Hội Liên hiệp Phụ nữ Việt Nam và tổ chức PLAN quốc tế tại Việt Nam với sự tài trợ của nhãn hàng Kotex thuộc tập đoàn Kimberly-Clark. Dự án được bắt đầu triển khai từ tháng 8/2020 tới tháng 5/2023 với mục tiêu trẻ em gái vị thành niên sống trong không gian đô thị và cộng đồng dân tộc thiểu số ở các vùng nông thôn tự tin quản lý kinh nguyệt của mình, đưa ra các quyết định đúng về sức khỏe sinh sản. Bài báo này trích từ đánh giá nghiên cứu đánh giá đầu vào thực hiện tại Hà Nội và Quảng Bình năm 2021. Mục tiêu của bài báo nhằm ***mô tả kiến thức và thái độ của học sinh nữ về quản lý vệ sinh kinh nguyệt***. Kết quả của đánh giá này nhằm xây dựng tài liệu giảng dạy và truyền thông tăng cường kiến thức và thái độ về quản lý vệ sinh kinh nguyệt cho học sinh nữ 10-18 tuổi¹.

Phương pháp nghiên cứu

Thiết kế nghiên cứu:

Nghiên cứu mô tả cắt ngang sử dụng phương pháp kết hợp định lượng và định tính.

1. Báo cáo này trình bày kết quả khảo sát, nghiên cứu và thể hiện quan điểm của nhóm tác giả, không thể hiện quan điểm chính thức của Tổ chức Plan International Việt Nam và/hoặc Kotex.

Địa điểm và thời gian thực hiện

Thời gian nghiên cứu năm 2021. Nghiên cứu được thực hiện tại một số trường tiểu học, trung học cơ sở (THCS), trung học phổ thông (THPT) của Hà Nội và Quảng Bình.

Đối tượng nghiên cứu:

Nghiên cứu định lượng: Học sinh nữ lớp 5 đến lớp 12 ở các trường tiểu học, THCS, THPT tại 7 trường trên địa bàn nghiên cứu Hà Nội và Quảng Bình.

Tiêu chí loại: Các học sinh không được cha mẹ đồng ý tham gia nghiên cứu.

Nghiên cứu định tính: tại mỗi trường thực hiện phỏng vấn sâu với 2 giáo viên chủ nhiệm/giáo viên dạy môn liên quan, 1 thảo luận nhóm với 8 học sinh nữ đại diện các khối. Tổng số 7 thảo luận nhóm và 14 phỏng vấn sâu thực hiện.

Mẫu và phương pháp chọn mẫu:

Nghiên cứu định lượng: Chọn mẫu nhiều giai đoạn:

Giai đoạn 1 - Chọn tỉnh, huyện: Chọn thành phố Hà Nội, huyện Ba Vì (Hà Nội), và Minh Hóa và Đồng Hới (Quảng Bình).

Giai đoạn 2 – Chọn trường: tại mỗi huyện chọn 1 trường tiểu học và 1 trường THCS. Ngoài ra, theo yêu cầu nhà tài trợ, chọn thêm 1 trường trung học phổ thông tại nội thành Hà Nội nhằm đánh giá ban đầu cùng 6 trường đã chọn nhằm triển khai thêm các hoạt động can thiệp sau này. Trường trung học phổ thông tại Hà Nội chọn bổ sung theo yêu cầu từ phía dự án. Do vậy, nghiên cứu tiến hành trên 7 trường trên địa bàn 2 tỉnh/thành phố.

Giai đoạn 3 – Chọn lớp: Tại mỗi trường, các lớp được chọn theo phương pháp ngẫu nhiên

phân tầng theo khối lớp. Tại mỗi khối lớp có 2 lớp được lựa chọn theo phương pháp ngẫu nhiên đơn. Tổng số điều tra định lượng đối với học sinh thu được: 504 HS; tuy nhiên chỉ có 494 học sinh tham gia nghiên cứu đầy đủ. Tỷ lệ phiếu đưa vào phân tích trên tổng số phiếu thu được là: 98,0%.

Nghiên cứu định tính: các đối tượng nghiên cứu là giáo viên chọn chủ đích. Học sinh tham gia thảo luận do nhà trường mời ngẫu nhiên, mỗi khối lớp 2-4 em tùy trường.

Phương pháp thu thập số liệu

Nghiên cứu định lượng: Bảng hỏi định lượng được thử nghiệm trước khi điều tra và chỉnh sửa câu hỏi cho phù hợp với học sinh. Toàn bộ học sinh nữ trong lớp (theo danh sách đã được cha mẹ đồng ý tham gia nghiên cứu) được phỏng vấn theo hình thức tự điền. Nhóm nghiên cứu mời 10-12 em (nửa số học sinh nữ của một lớp) lên phòng họp hoặc phòng máy tính để điền phiếu nhằm bảo đảm các em ngồi xa, không nhìn kết quả điền phiếu của nhau. Nghiên cứu viên hỗ trợ trả lời thắc mắc của học sinh nếu có. Thời gian điền phiếu khác nhau tùy thuộc học sinh đã có hành kinh hay chưa, đối với các em chưa hành kinh chỉ trả lời phần kiến thức và thái độ liên quan đến VSKN.

Bảng hỏi tự điền được xây dựng trên các nội dung về quản lý vệ sinh kinh nguyệt², bao gồm kiến thức 16 câu và thái độ 10 câu, các câu hỏi bao gồm các nội dung kiến thức về tuổi có kinh nguyệt, hết kinh, thời gian nên thay băng vệ sinh, cách thay băng vệ sinh, rửa tay xà phòng và nước sạch, cách thải bỏ vật liệu thấm máu kinh, dinh dưỡng và các hoạt động khi có kinh

nguyệt. Đánh giá thái độ về quản lý VSKN bao gồm các nội dung về mức độ thoải mái về kinh nguyệt trong sinh hoạt và học tập, thoải mái tại nhà vệ sinh, thoải mái khi mua băng vệ sinh và thải bỏ, về kiêng kị khi có kinh nguyệt. Ngoài ra, nghiên cứu cũng đo lường mức độ tự tin của học sinh về tìm kiếm thông tin về vệ sinh kinh nguyệt/sức khỏe sinh sản, mức độ tự tin về có được băng vệ sinh và mức độ tự tin nếu có kinh nguyệt tại trường.

Nghiên cứu định tính: thực hiện phỏng vấn sâu và thảo luận nhóm tại trường do nghiên cứu viên có kinh nghiệm về định tính thực hiện. Nội dung phỏng vấn giáo viên về nội dung giảng dạy và hỗ trợ học sinh nữ khi hành kinh tại trường. Nội dung thảo luận với học sinh về kiến thức, các quan niệm của học sinh về kinh nguyệt và quản lý VSKN tại trường. Địa điểm phỏng vấn tại phòng họp nhà trường. Mỗi cuộc phỏng vấn/ thảo luận nhóm dài từ 30 đến 60 phút.

Phân tích số liệu:

Số liệu từ các phiếu trả lời được nhập vào phần mềm Epidata 3.1 và được xử lý, phân tích trên phần mềm SPSS v.22. Thống kê mô tả với tần số và tỷ lệ được dùng mô tả các biến phù hợp.

Kiến thức, thái độ của học sinh được phân loại thành các mức độ như trình bày trong bảng sau:

Bảng 1: Tiêu chí đánh giá kiến thức, thái độ về quản lý vệ sinh kinh nguyệt của của học sinh

Nội dung đánh giá	Kém <50% câu trả lời đúng	Trung bình Từ 50-70% câu trả lời đúng	Tốt Trên 70% câu trả lời đúng
Kiến thức (16 câu)	<8	8-11	>11
Thái độ (10 câu)	<5	5-7	>7

Điểm đạt về kiến thức quản lý VSKN khi đạt trên 50%. Thái độ tích cực khi điểm thái độ từ 50% câu trả lời đúng trở lên, chưa tích cực khi học sinh trả lời các câu thái độ dưới 50% câu trả lời đúng. Mức độ tự tin được đánh giá theo tỷ lệ phần trăm trả lời.

Đạo đức nghiên cứu

Khảo sát được Hội đồng đạo đức trường Đại học Y tế Công cộng thông qua số 422/QĐ-HDD-HD3. Nhóm nghiên cứu đảm bảo áp dụng các quy định về bảo vệ đối tượng nghiên cứu đặc biệt là trẻ em và thanh thiếu niên trong việc thu thập thông tin, bảo mật và xử lý thông tin. Toàn bộ học sinh được khảo sát được lấy phiếu đồng ý bằng văn bản của cha mẹ trước khi tiến hành thực địa. Nhóm nghiên cứu viết bài báo được sự đồng ý của tổ chức Plan quốc tế là đơn vị tài trợ và thực hiện dự án này.

Kết quả nghiên cứu

Thông tin chung về học sinh tham gia nghiên cứu

Có 494 phiếu học sinh nữ của 7 trường nghiên cứu được đưa vào phân tích. Bảng 2 trình bày

các thông tin chung của đối tượng tham gia nghiên cứu:

Bảng 2: Đặc điểm chung của học sinh (N=494)

Đặc điểm của học sinh	Tần số	Tỷ lệ
Khu vực		
Nội thành Hà Nội	65	13,2
Ba Vì- Hà Nội	133	26,9
Đông Hới-Quảng Bình	146	29,5
Minh Hóa-Quảng Bình	150	30,4
Cấp học		
Tiểu học	128	25,9
Trung học cơ sở	301	60,9
Trung học phổ thông	65	13,2
Dân tộc		
Kinh	457	92,51
Khác	37	7,49
Sống cùng cha mẹ		
Đang sống cùng cả cha và mẹ	439	88,9
Chỉ sống với mẹ	35	7,1
Chỉ sống với bố	10	2,0
Khác	10	2,0

Tổng số có 494 học sinh đã hoàn thành đầy đủ phiếu đánh giá ban đầu; trong đó 65 học sinh thuộc khu vực nội thành Hà Nội (13,1%); 133 học sinh từ Ba Vì – Hà Nội (26,9%); 146 học sinh từ Đông Hới – Quảng Bình (29,5%) còn lại là học sinh Minh Hóa – Quảng Bình (150 học sinh; 30,4%). Gần 61% là học sinh trung học cơ sở; khoảng 25,9% là học sinh tiểu học, còn lại là học sinh trung học phổ thông (13%). Đa số là học sinh dân tộc Kinh (92,5%); 88,9% sống cùng cả cha và mẹ, 7,1% chỉ sống với mẹ.

Kiến thức của học sinh nữ về kinh nguyệt quản lý vệ sinh kinh nguyệt

Bảng 3 trình bày kết quả đánh giá mức độ kiến thức của 494 học sinh nữ về kinh nguyệt và quản lý vệ sinh kinh nguyệt:

Bảng 3: Kiến thức của học sinh về kinh nguyệt và quản lý VSKN

Đặc điểm	Kém n(%)	Trung bình n(%)	Tốt; n(%)	Tổng	
Kiến thức chung	175 (35,4)	202(40,9)	117(23,7)	494(100)	
Khu vực					
Nội thành Hà Nội	0	21(32,3)	44(67,7)	65	<0,001*
Ba Vì- Hà Nội	50(37,6)	55(41,4)	28(21,1)	133	
Đông Hới-Quảng Bình	47(32,2)	66(45,2)	33(22,6)	146	
Minh Hóa-Quảng Bình	78(52,0)	60(40,0)	12(8,0)	150	
Cấp học					
Tiểu học	96(75,0)	30(23,4)	2(1,6)	128	<0,001*
Trung học cơ sở	79(26,2)	151(50,2)	71(23,6)	301	
Trung học phổ thông	0	21(32,2)	44(67,7)	65	
Dân tộc					
Kinh	156(34,1)	184(40,3)	117(25,6)	457	<0,001*
Khác	19(51,4)	18(48,6)	0	37	

**Kiểm định Fisher*

Tỷ lệ có học sinh kiến thức đạt là 64,6% (40,9% học sinh có kiến thức trung bình; còn lại là kiến thức tốt). Tỷ lệ học sinh có kiến thức về kinh nguyệt và vệ sinh kinh nguyệt kém là 35,4%. Kiến thức của học sinh tăng dần theo cấp học, ở cấp tiểu học chỉ có 1,6% học sinh có kiến thức tốt; 75% học sinh có kiến thức kém. Ở trung học cơ sở, có 23,6% học sinh có kiến thức tốt, tỷ lệ có kiến thức kém là 26% còn lại là trung bình. Với cấp trung học phổ thông, 67,7% học sinh có kiến thức tốt; còn lại là kiến thức ở mức trung bình và không có học sinh nào kiến thức kém. Sự khác biệt về kiến thức theo cấp học và theo khu vực có ý nghĩa thống kê ($p < 0,001$).

Trong nhóm học sinh dân tộc Kinh, tỷ lệ có kiến thức kém là 34%; kiến thức trung bình là 40,3% còn lại là kiến thức tốt. Trong nhóm học sinh dân tộc khác, 51,4% học sinh có kiến thức kém, 48,6% kiến thức trung bình và không em nào có kiến thức tốt. Sự khác biệt về kiến thức giữa học sinh dân tộc Kinh và dân tộc khác có ý nghĩa thống kê ($p < 0,001$).

Khảo sát định tính với các thầy cô chủ nhiệm và môn liên quan (sinh học, khoa học) cho thấy nội dung quản lý vệ sinh kinh nguyệt không

được đề cập trong nội dung chính khóa. Nội dung giảng dạy chỉ đề cập chung về vệ sinh thân thể trong chương trình khoa học lớp 5 ở tiểu học. Trong chương trình trung học cơ sở, nội dung này không được đề cập hoặc đề cập thoáng qua trong chương trình sinh học lớp 8. Chương trình trung học phổ thông không có nội dung nào liên quan tới vệ sinh kinh nguyệt.

Đối với học sinh, các em chia sẻ thông tin được cung cấp phổ biến bởi cha mẹ khi các em có kỳ kinh nguyệt đầu tiên, hầu như rất ít học sinh được cha mẹ hay thầy cô phổ biến kiến thức cơ bản về vệ sinh kinh nguyệt trước khi có kinh nguyệt. Nhiều em lúng túng và lo sợ khi có kinh nguyệt lần đầu. Một nhóm học sinh trong thảo luận nhóm chia sẻ:

“Con tưởng con bị bệnh vì máu chảy ra. Khi đó con đang ở trường, con rất lo lắng” (TLN 1).

“Con nhớ cô giáo có dạy về vệ sinh thân thể hồi đầu năm lớp 5 nhưng sang đầu lớp 7 con mới bắt đầu bị hành kinh, con chả nhớ đã học gì, chủ yếu con hỏi mẹ hướng dẫn” (TLN3)

Thái độ của học sinh về quản lý VSKN

Bảng 4 trình bày kết quả nghiên cứu về thái độ của 494 học sinh về kinh nguyệt và quản lý vệ sinh kinh nguyệt.

Bảng 4: Thái độ của học sinh về kinh nguyệt và quản lý VSKN

Đặc điểm	Kém n (%)	Trung bình n (%)	Tốt; n (%)	Tổng	p
Thái độ chung	206 (41,7)	279 (56,5)	9(1,8)	494	
Khu vực					
Nội thành Hà Nội	4(6,2)	58(89,2)	3(4,6)	65	<0,001*
Ba Vì- Hà Nội	66(49,6)	65(48,9)	2(1,5)	133	
Đồng Hới-Quảng Bình	56(38,4)	89(61,0)	1(0,7)	146	
Minh Hóa-Quảng Bình	80(53,3)	67(44,7)	3(2,0)	150	
Cấp học					
Tiểu học	102(79,7)	25(19,5)	1(0,8)	128	<0,001*
Trung học cơ sở	100(33,2)	196(65,1)	5(1,7)	201	
Trung học phổ thông	4(6,2)	58(89,2)	3(4,6)	65	
Dân tộc					
Kinh	183(40,0)	266(58,2)	8(1,8)	457	<0,001**
Khác	23(62,2)	13(35,1)	1(2,7)	37	

*Kiểm định Fisher

** Kiểm định Khi bình phương

Đa số học sinh nữ có thái độ về kinh nguyệt và quản lý VSKN ở mức kém và trung bình, trong đó mức kém là 41,7% và mức trung bình là 56,5%; số học sinh thái độ tốt có kết quả rất thấp (9 học sinh; 1,8%). Đa số (89,2%) học sinh trung học phổ thông khu vực nội thành Hà Nội có thái độ đạt ở mức trung bình, tỷ lệ có kém là 6,2%. Khu vực Ba Vì có 49,6% học sinh có thái độ kém, tỷ lệ học sinh có thái độ trung bình là 48,9%. Ở Đồng Hới – Quảng Bình, tỷ lệ học sinh có thái độ kém là 38,4%, thái độ trung bình là 61%. Với nhóm học sinh ở Minh Hóa- Quảng Bình, tỷ lệ học sinh có thái độ kém là 53,3%; chỉ có xấp xỉ 2% học sinh có thái độ tốt về kinh nguyệt và VSKN. Sự khác biệt theo khu vực về thái độ về quản lý VSKN có ý nghĩa thống kê (P<0,001).

Thái độ của học sinh tích cực dần theo cấp học, ở cấp tiểu học có tới 79,7% học sinh có thái độ

chưa tích cực (kém); tỷ lệ này ở nhóm trung học cơ sở là 33,2% và ở nhóm học sinh trung học phổ thông chỉ là 6,2%. Trong nhóm học sinh dân tộc Kinh, tỷ lệ có thái độ chưa tích cực là 40%; thái độ trung bình là 58,2% còn lại là thái độ tốt. Trong nhóm học sinh dân tộc khác, có tới 62,2% học sinh có thái độ chưa tích cực, 35,1% thái độ trung bình tỷ lệ có thái độ tốt chỉ là 2,7% (1 học sinh). Sự khác biệt theo cấp học và dân tộc về thái độ về quản lý VSKN có ý nghĩa thống kê (P<0,001).

Bảng 5 mô tả mức độ tự tin của học sinh về quản lý vệ sinh kinh nguyệt theo 3 khía cạnh: tự tin trong tìm kiếm lời khuyên về VSKN, tự tin có được băng vệ sinh khi cần và tự tin ở trường khi có hành kinh.

Bảng 5: Sự tự tin học sinh trong quản lý vệ sinh kinh nguyệt

Đặc điểm	Tự tin tìm kiếm lời khuyên về VSKN/SKSS n(%)	Tự tin có được băng vệ sinh khi cần; n(%)	Tự tin ở trường nếu có kinh nguyệt; n(%)	Tổng
Mức độ tự tin	n=336 (68,0)	n=345 (69,8)	n=8(1,6)	N=494
Khu vực				
Nội thành Hà Nội	55(84,6)	60(92,3)	2(3,1)	65
Ba Vì- Hà Nội	75(56,4)	93(69,9)	0	133
Đồng Hới-Quảng Bình	109(74,7)	105(71,9)	4(2,7)	146
Minh Hóa-Quảng Bình	97(64,7)	87(58,0)	2(1,3)	150
p-value**	<0,001	<0,001	-	
Cấp học				
Tiểu học	46(35,9)	41(32,0)	4(3,1)	128
Trung học cơ sở	235(78,1)	244(81,1)	2(0,7)	301
Trung học phổ thông	55(84,6)	60(92,3)	2(3,1)	65
p-value**	<0,001	<0,001	-	
Dân tộc				
Kinh	314(68,7)	325(71,1)	7(1,5)	457
Khác	22(59,5)	20(54,1)	1(2,7)	37
p-value**	0,246	0,03	-	

****Kiểm định Khi bình phương**

Có 68% học sinh trả lời tự tin tìm kiếm lời khuyên về vệ sinh kinh nguyệt và sức khỏe sinh sản. Tỷ lệ này trong nhóm học sinh thành phố Hà Nội là 84,6%; thành phố Đồng Hới là 74,7%. Trong khi đó, các trường tại khu vực nông thôn là ở Ba Vì và Minh Hóa có số học sinh tự tin tìm kiếm lời khuyên lần lượt là 56,4% và 64,7%. Sự khác biệt về mức độ tự tin tìm kiếm lời khuyên của học sinh theo khu vực có ý nghĩa thống kê. Tỷ lệ học sinh nữ tự tin tìm kiếm lời khuyên tăng dần theo cấp học, ở tiểu học chỉ là 35,9%; tỷ lệ này ở cấp trung học cơ sở là 78,1% và trung học phổ thông lên tới 84,6%. Có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ tự tin tìm kiếm lời khuyên theo khu vực

và cấp học ($p < 0,001$). Tuy nhiên không có sự khác biệt về mức độ tự tin giữa học sinh người dân tộc Kinh và nhóm dân tộc khác.

Tỷ lệ học sinh tự tin có được băng vệ sinh khi cần là 69,8%; tỷ lệ này ở các khu vực thành thị cao hơn các khu vực nông thôn. Tỷ lệ học sinh tự tin có được băng vệ sinh khi cần cũng tăng dần theo cấp học. Tỷ lệ học sinh dân tộc Kinh tự tin tìm được băng vệ sinh cao hơn so với nhóm học sinh dân tộc khác. Mức độ tự tin của học sinh nữ về băng vệ sinh theo khu vực, cấp học và theo nhóm dân tộc khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$). Bảng 5 cho kết quả đáng lưu ý về tỷ lệ học sinh tự tin ở trường khi có kinh nguyệt rất thấp (1,6%) theo cả 3 nhóm khu vực, cấp học và dân tộc.

Khảo sát định tính cho thấy các em còn ngần ngại nói về kinh nguyệt, các em thường sử dụng các từ nói tránh như ‘ngày ấy’, ‘bị’, ‘đến tháng’, ‘đèn đỏ’ hoặc ‘ngày dâu’ để mô tả về kinh nguyệt. Các em nữ có kinh thường có xu hướng giấu tình trạng hành kinh với các bạn xung quanh, kể cả bạn nữ khác. Một học sinh tiểu học chia sẻ:

“Con sợ các bạn trêu khi biết con đã hành kinh” (TLN1)

Các em được cha mẹ dạy về ‘*cơ thể bản khi có kinh*’ nên ‘*không được tới đền chùa, hoặc làm một số việc liên quan đến thờ cúng như thắp hương hay làm cỗ*’. Các em học sinh trường tiểu học và trung học cơ sở chia sẻ về thái độ không thoải mái với nhà vệ sinh trường học do quá tải hoặc nhà vệ sinh không riêng tư, không có nước dội/rửa, không có xà phòng/nước rửa tay. Điều này phù hợp với kết quả định lượng khi điểm thái độ của học sinh chỉ đạt ở mức trung bình.

Học sinh chia sẻ việc mua băng vệ sinh khá dễ dàng tại các điểm bán hàng tạp hóa tại cộng đồng, tuy nhiên, nếu bị hành kinh bất chợt trong trường, các em khá lúng túng. Một số em tự tin cho rằng có thể xin các bạn gái khác (nếu có). Nhưng rất nhiều học sinh cho rằng nếu trong trường không có nơi bán băng vệ sinh, các em nên về nhà để thay, rửa. Các em cũng không tự tin xin phép giáo viên nếu cần phải ra khu vực nhà vệ sinh thay băng vệ sinh trong giờ học trên lớp hoặc trong giờ thể dục vì xấu hổ và ngại. Trong trường hợp băng tràn, các em rất xấu hổ và không tự tin khi học. Ngoài ra, các em học sinh cũng lo lắng và sợ bị trêu chọc khi máu có thể thấm ra ngoài do tràn băng vệ sinh do ngại

vào nhà vệ sinh ở trên. Một học sinh chia sẻ:

“Con mà bị (máu thấm) ra quần, con sợ các bạn trêu. Con phải mượn áo khoác che lại để không ai nhìn thấy” (TLN5)

Bàn luận

Quản lý vệ sinh kinh nguyệt gần đây được Quỹ Nhi đồng Liên hợp quốc đặt mục tiêu cho các quốc gia nhằm tạo sự thoải mái và sức khỏe cho học sinh nữ, đặc biệt ở các quốc gia có thu nhập thấp và trung bình². Quan tâm đến quản lý vệ sinh kinh nguyệt cho học sinh gái cũng là góp phần đảm bảo bình đẳng giới cho lứa tuổi học sinh, trẻ em gái không còn phải nghỉ học hoặc chịu sự phiền toái lo lắng khi hành kinh và giúp trẻ em gái có thể theo học đầy đủ và phát huy hết tiềm năng của mình trong trường học. Nhiều nghiên cứu đã có thấy điều kiện vệ sinh của trường học kém hoặc khả năng tiếp cận với nước vệ sinh, xà phòng/ dung dịch vệ sinh, băng vệ sinh... khiến trẻ em gái phải nghỉ học và thậm chí bỏ học⁶⁻⁸ ảnh hưởng đến cuộc sống của trẻ em gái.

Đánh giá kiến thức chung của học sinh về VSKN cho thấy tỷ lệ học sinh nữ có kiến thức kém là 35,4%; tỷ lệ này đặc biệt cao ở nhóm học sinh tiểu học (75%). Nghiên cứu tổng quan của Chandra và cộng sự cũng cho thấy các trẻ em gái ở các nước có thu nhập trung bình và thấp có kiến thức chưa tốt về quản lý vệ sinh kinh nguyệt⁹. Điều này càng củng cố việc cần phải cung cấp kiến thức phù hợp cho học sinh càng sớm càng tốt, trước khi các em có kỳ kinh nguyệt đầu tiên nhằm chuẩn bị tâm lý thoải mái và sẵn sàng đón nhận thay đổi cơ thể khi dậy thì. Nhìn chung học sinh càng nhỏ tuổi thì kiến

thức của trẻ càng thấp hơn các học sinh lớp lớn hơn. Kết quả của chúng tôi cũng phù hợp với nghiên cứu của một số tác giả trước đây⁸⁻¹⁰. Điều này cũng dễ hiểu do ở cấp tiểu học gần như chưa có các tiết học, nội dung học liên quan đến kinh nguyệt và quản lý VSKN.

Kết quả nghiên cứu này chỉ ra 41,7% học sinh có thái độ kém với kinh nguyệt và quản lý VSKN. Đa số học sinh không thoải mái với nhà vệ sinh trường học, đặc biệt các em học sinh khu vực nông thôn (Minh Hóa, Ba Vì) do các em chưa thoải mái với nhà vệ sinh trường học và không thoải mái về việc thay băng vệ sinh, rửa tay tại trường. Điều này phù hợp với các nghiên cứu tương tự tại các nước có thu nhập thấp/trung bình như Ethiopia hay Zambia. Bên cạnh đó, trong nghiên cứu này, đa số các em còn cho rằng khi có kinh nguyệt không được thoải mái, không được đến cơ sở tôn giáo (đền, chùa). Điều này có thể do các em được cha mẹ và cộng đồng chỉ dạy theo các quan niệm rất truyền thống như cơ thể ‘không sạch sẽ’. Học sinh cũng cho rằng vấn đề kinh nguyệt là vấn đề riêng tư nên các em còn cảm thấy xấu hổ, không thoải mái khi chia sẻ với người khác về chủ đề này. Các kiêng kỵ này được đề cập theo quan niệm cũ trước đây^{13,14} nhưng vẫn được cha mẹ truyền dạy cho các em gái mới lớn, dẫn tới các quan niệm làm giảm vị thế giới ở học sinh nữ.

Tỷ lệ học sinh tự tin tìm kiếm lời khuyên về vệ sinh kinh nguyệt cao ở các trường tại thành phố và tăng theo cấp học. Điều này phù hợp với thực tế là các em học sinh lớn hơn, sống tại thành phố học nhiều hơn, tự tin hơn so với các em học sinh tiểu học và các em sống tại khu

vực nông thôn miền núi.

Kết quả nghiên cứu chỉ ra học sinh có thể tiếp cận mua băng vệ sinh dễ dàng tại cộng đồng. Tỷ lệ tự tin tăng dần theo cấp học cũng phù hợp với nghiên cứu trên thế giới^{9,10}. Tuy nhiên, một điểm đáng lưu ý là băng vệ sinh dự phòng không sẵn có tại trường. Học sinh chỉ có thể hỏi xin của nhau hoặc xin phép về nhà thay băng nếu có kinh nguyệt xuất hiện tại trường. Kết quả này là bằng chứng cho nhà trường có thể mua dự trữ băng vệ sinh dự phòng ở phòng y tế cho học sinh nữ.

Nghiên cứu này cũng chỉ ra việc học sinh nữ thiếu tự tin nếu có kinh nguyệt khi ở trường. Tỷ lệ học sinh tự tin trong kỳ kinh nguyệt rất thấp (1,6%). Kết quả nghiên cứu định tính cho thấy có 3 nhóm yếu tố: (1) không thoải mái và không tự tin khi sử dụng nhà vệ sinh tại trường học, (2) lo lắng, sợ bị trêu chọc khi máu có thể thấm ra ngoài và (3) không tự tin xin phép giáo viên khi cần thay băng/ngủ ngơi trong giờ học chính và giờ học thể dục. Kết quả này cũng tương tự các kết quả nghiên cứu khác tại các tác giả khác thực hiện do vấn đề vệ sinh kinh nguyệt còn nhạy cảm^{7,11,12}. Nhà vệ sinh quá tải, không sạch và thiết kế nhà vệ sinh không thân thiện với học sinh nữ là yếu tố quan trọng ảnh hưởng tới thái độ và tự tin của học sinh nữ. Do kinh nguyệt là vấn đề nhạy cảm, học sinh còn xấu hổ không dám đề cập và thường giấu giếm tình trạng có kinh nguyệt nên các em chưa tự tin khi gặp sự cố như tràn băng hoặc phải thay băng tại trong giờ học/giờ thể dục. Điều này cũng là bằng chứng giúp cho giáo viên cần nhạy cảm hơn, quan tâm hơn đối với học sinh nữ tuổi dậy thì.

Hạn chế của nghiên cứu

Đây là một nghiên cứu thiết kế mô tả cắt ngang, sử dụng phiếu tự điền, trong nghiên cứu có những học sinh lớp 5 (10-11 tuổi) còn tương đối nhỏ nên việc hiểu và điền phiếu của học sinh cũng khó khăn và có thể thông tin học sinh điền chưa thực sự chính xác. Nghiên cứu chưa so sánh được với các nghiên cứu tương tự ở Việt Nam vì các nghiên cứu trước đây chỉ đánh giá chung về giáo dục giới tính, quan hệ tình dục hoặc vệ sinh cơ thể chung. Hơn nữa, chủ đề quản lý vệ sinh kinh nguyệt là chủ đề mới đưa vào từ 2014 nên còn rất ít nghiên cứu tại Việt Nam thực hiện đánh giá.

Kết luận

Khoảng 2/3 học sinh (64,6%) có kiến thức đạt về vệ sinh kinh nguyệt, trong đó kiến thức đạt mức trung bình là 40,9% và tốt là 23,7%. Trong tổng số 494 học sinh, 75% học sinh tiểu học có kiến thức không đạt về vệ sinh kinh nguyệt, trong khi tỷ lệ này là 26,2% ở khối THCS và không có học sinh nào có kiến thức kém ở khối THPT. Học sinh có thái độ chưa tích cực về VSKN (41,7%) Học sinh tại khu vực nông thôn có kiến thức và thái độ quản lý VSKN kém hơn so với học sinh khu vực thành phố. Có sự khác biệt về kiến thức, thái độ và mức độ tự tin VSKN theo khu vực, cấp học và theo nhóm dân tộc. Tỷ lệ học sinh tự tin trong kỳ kinh nguyệt tại trường còn thấp ở cả ba cấp học (1,6%). Học sinh chưa thoải mái về VSKN tại nhà vệ sinh trường, có định kiến cơ thể “bẩn, không sạch” khi hành kinh và lo lắng bị trêu chọc trong kỳ kinh nguyệt.

Khuyến nghị

Cần tăng cường kiến thức và giáo dục sức khỏe

về quản lý VSKN học sinh, đặc biệt học sinh tiểu học và trung học cơ sở do do nhóm học sinh này thuộc nhóm tuổi bắt đầu dậy thì và còn thiếu kiến thức và kỹ năng về quản lý vệ sinh kinh nguyệt đúng. Tăng cường kiến thức có thể thực hiện qua kênh nhà trường, gia đình và cả trong nhóm học sinh nữ tại trường.

Nhà trường, thầy cô và phụ huynh chú trọng thay đổi quan niệm cộng đồng về kỳ thị cơ thể phụ nữ và trẻ em gái khi hành kinh, tạo môi trường thân thiện tại nhà vệ sinh trường học bao gồm cải tạo nhà vệ sinh sạch sẽ, cung cấp nước rửa tay, xà phòng, giấy vệ sinh cho học sinh, đặc biệt ở nhóm học sinh dân tộc thiểu số và nhóm học sinh khối tiểu học, THCS. Nhà trường nên dự trù kinh phí mua băng vệ sinh dự phòng và thông báo cho học sinh về nơi lấy băng vệ sinh như phòng y tế trường học nhằm tạo môi trường thân thiện cho học sinh nữ. Giáo viên thể dục và giáo viên chủ nhiệm cũng cần quan tâm hơn, hỏi thăm đối với các học sinh nữ nếu cần giúp đỡ, hỗ trợ khi có kinh nguyệt, giúp các em gái trải qua kỳ kinh nguyệt thoải mái và góp phần tăng sự tự tin cho học sinh nữ.

Tài liệu tham khảo

1. Jones LL, Griffiths PL, Norris SA, Pettifor JM, Cameron N. Age at menarche and the evidence for a positive secular trend in urban South Africa. *Am J Hum Biol.* 2009;21(1):130–2.
2. UNICEF. Guidance on menstrual health and hygiene. UNICEF 2019. Available at <https://www.unicef.org/media/91341/file/UNICEF-Guidance-menstrual-health-hygiene-2019.pdf>
3. Khanna A, Goyal RS, Bhawsar R. Menstrual Practices and Reproductive Problems: A Study

- of Adolescent Girls in Rajasthan. *J Health Manag.* 2005 Apr 1;7(1):91–107.
4. Sommer M, Caruso BA, Sahin M, Calderon T, Cavill S, Mahon T, et al. A Time for Global Action: Addressing Girls' Menstrual Hygiene Management Needs in Schools. *PLOS Med.* 2016 Feb 23;13(2):e1001962.
 5. Toolkit on hygiene, sanitation and water in schools [Internet]. World Bank. [cited 2021 Jun 6]. Available from: <https://documents.worldbank.org/en/publication/documents-reports/documentdetail/339381468315534731/Toolkit-on-hygiene-sanitation-and-water-in-schools>
 6. Giang, Nguyễn Minh. Thực trạng giáo dục giới tính ở trường tiểu học tại Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Khoa học* 10 (88) (2016): 161. ent training in primary, secondary and high schools in Vietnam. Plan International Vietnam, 2021.
 7. Sivakami M, Maria van Eijk A, Thakur H, Kakade N, Patil C, Shinde S, et al. Effect of menstruation on girls and their schooling, and facilitators of menstrual hygiene management in schools: surveys in government schools in three states in India, 2015. *J Glob Health* [Internet]. [cited 2021 Jun 6];9(1). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6286883/>
 8. Phillips-Howard P, Nyothach E, Ter Kuile F, Omoto J, Wang D, Zeh C, et al. Menstrual cups and sanitary pads to reduce school attrition, and sexually transmitted and reproductive tract infections: A cluster randomised controlled feasibility study in rural Western Kenya. *BMJ Open.* 2016 Nov 1;6: e013229.
 9. Chandra-Mouli V, Patel SV. Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reprod Health.* 2017 Dec;14(1):30.
 10. A Cross Sectional Study of Knowledge and Practices about Reproductive Health among Female Adolescents in an Urban Slum of Mumbai | *Journal of Family and Reproductive Health* [Internet]. [cited 2021 Jun 6]. Available from: <https://jfrh.tums.ac.ir/index.php/jfrh/article/view/131>
 11. Lawan U, Wali N, Musa A. Menstruation and menstrual hygiene amongst adolescent school girls in Kano, Northwestern Nigeria. *Afr J Reprod Health.* 2010 Sep 1;14:201–7.
 12. Sommer M, Sahin M. Overcoming the Taboo: Advancing the Global Agenda for Menstrual Hygiene Management for Schoolgirls. *Am J Public Health.* 2013 Sep;103(9):1556–9.
 13. Báo phụ nữ ngày nay. Phụ nữ đến ngày đèn đỏ có nên đi lễ chùa, lễ phật. truy cập ngày 15/9/21 tại <https://phunutoday.vn/phu-nu-den-ngay-den-do-co-nen-di-le-chua-le-phat-d97971.html>
 14. Phạm Huyền. Phụ nữ đến tháng có được đi tảo mộ ngày thanh minh không. *Tạp chí Sức khỏe cộng đồng* 2021. Truy cập 15/9/2021 tại <https://suckhoecongdongonline.vn/phu-nu-den-thang-co-duoc-di-cao-mo-ngay-thanh-minh-khong-d206526.html>

Hội Y tế Công cộng Việt Nam
503-504, E1, Khu ngoại giao đoàn Trung Tự
6 Đặng Văn Ngữ, Đống Đa, Hà Nội.
Tel: (84-24) 3736 6265
Fax: (84-24) 3736 6265
E-mail: vpha@vpha.org.vn
Website: <http://www.vpha.org.vn>