



BỘ Y TẾ CỤC QUẢN LÝ KHÁM CHỮA BỆNH

## **Cách trị sùi mào gà Tại Nhà giai đoạn đầu bằng thuốc ở Nam, Nữ**

**Bệnh sùi mào gà (cach-chua-sui-mao-ga-giai-doan-dau)** là bệnh lây truyền qua đường tình dục lây truyền thông qua đường tình dục chủ yếu nhất. tác nhân, triệu chứng, cách chữa sùi mào gà (thuoc-chua-sui-mao-ga-giai-doan-dau) tại nam giới cũng như phụ nữ được một số bạn trẻ quan tâm tìm hiểu do mức độ nghiêm trọng của căn bệnh này. Mụn cóc sinh dục gây ra mất thẩm mỹ vùng kín cản trở chuyện yêu bình thường, gây ra ảnh hưởng nghiêm trọng tới tâm lý người mắc bệnh.

Trung tâm kiểm soát và phòng ngừa dịch bệnh Mỹ (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) cảm thấy có đến 50% nam và nữ đã từng đời sống chẵn gói nhiễm HPV ít nhất một lần trong đời. virus sùi mào gà cũng là đối tượng làm tăng nguy cơ mắc ung thư cổ tử cung cũng như ung thư dương vật. vì vậy, một số bạn cần tự trang bị cho mình một số thông tin y khoa về Bệnh sùi mào gà và những căn bệnh do virút HPV dẫn đến (nói chung) để phòng bệnh cho chính mình và bạn tình.



Sùi mào gà (sui-mao-ga-la-gi)

## Sùi mào gà là gì?

Sùi mào gà (sui-mao-ga-la-gi) (Genital Warts hoặc mụn cóc sinh dục) là bệnh truyền nhiễm xã hội lây truyền cơ bản thông qua con đường quan hệ quan hệ đồng giới do chủng virút HPV dẫn tới. Sùi mào gà đặc trưng bởi sự hình thành những nốt u nhú có dạng hình như súp lơ hay mào gà đứng đơn lẻ hay tập hợp thành từng đám ở vùng nhạy cảm của nam giới và nữ giới, ở tại vùng miệng lưỡi cũng như hậu môn.

- . Bệnh lí sùi mào gà đặc trưng bởi những khối u nhú lành tính tuy nhiên gây hậu quả nghiêm trọng tới thẩm mỹ và tâm lý bệnh nhân.
- . Phụ nữ có tỉ lệ mắc sùi mào gà cao hơn cánh mày râu. Chủng virus HPV-16 và HPV-18 làm

tăng khả năng ung thư tử cung ở nữ giới đe dọa trực tiếp đến tính mạng bệnh nhân.

**Mua bộ thuốc điều trị sùi mào gà tận gốc tại nhà**



- Giá thuốc chính hãng: 600.000 VNĐ.
- Đặt mua ở nhà thuốc: SĐT [0988701408](tel:0988701408) hoặc Zalo [0988701408](tel:0988701408).

- Giao hàng tận nơi miễn phí ship, bọc thuốc kỹ càng, bảo mật thông tin tuyệt đối cho người mua.
- Thuốc nguồn gốc Thái Lan chính hãng cam kết chất lượng 100%.
- Đội ngũ nhân viên đưa ra lời khuyên tư vấn nhiệt tình tới lúc khởi hản.
- Chữa trị hiệu quả chứng bệnh sùi mào gà chỉ từ 3 tới 5 lần bôi thuốc.

## **Tác nhân bệnh sùi mào gà tại phái mạnh và phụ nữ**

Nguyên do dẫn đến Bệnh lí sùi mào gà trực tiếp

Theo công thông tin chính phủ [medinet.gov.vn](http://medinet.gov.vn), những nhà khoa học đã phát hiện ra được hơn 100 chủng virút HPV nhưng gây ra mụn cóc sinh dục

chủ yếu là chủng HPV-6 và HPV-11 (với 90% ca bệnh được ghi nhận).

Tác nhân gián tiếp – Bệnh lí sùi mào gà lây nhiễm qua con đường nào?

📖 Quan hệ ngoài luồng (Nguyên nhân phổ biến nhất)

Sùi mào gà dễ dàng lây truyền thông qua con đường chuyện phòng the với người bệnh. virus HPV thường tồn tại trong nước bọt, dịch tiết của người mắc bệnh phải khu vực mụn cóc xuất hiện thường là ở vùng dương vật, âm đạo - âm hộ, ở vùng miệng...

Trong quá trình quan hệ nam nữ sẽ ít khá nhiều dẫn tới tổn thương ở vùng da hoặc niêm mạc, lúc này virus HPV tồn ở trong dịch nhầy của người mắc

bệnh sẽ có điều kiện thâm nhập vào cơ thể vật chủ mới.

### Bệnh lan truyền từ mẹ sang con

Phụ nữ mang thai đang bị sùi mào gà có nguy cơ cao sẽ truyền bệnh cho con. virút HPV thâm nhập vào thai nhi thông qua nhau thai, nước ối cũng như con đường âm đạo trong quá trình sinh nở.

### Bệnh lây truyền gián tiếp lúc dùng chung vật dụng cá nhân

Loại virút HPV trong yêu cầu lý tưởng có khả năng tồn tại ở ngoài điều kiện rất lâu từ 1 ngày - 1 tuần. vì vậy, Bệnh lí sùi mào gà cũng có khả năng lây nhiễm từ người bệnh sang người thông thường thông qua các đồ dùng cá nhân như đồ lót, khăn tắm, bàn chải đánh răng, khăn mặt, bồn cầu, bơm

kim tiêm... hoặc qua các hành động thân mật như ôm hôn...

## 📖 Các người mắc sùi giảm miễn dịch

Người có hệ miễn dịch kém dễ bị sùi mào gà cũng như các bệnh truyền nhiễm xã hội khác. Chưa kể đến, nhóm đối tượng này cũng khá dễ tái phát bệnh rất nhiều lần, thời gian tái phát cũng sẽ nhanh hơn người bình thường.

## **Triệu chứng bệnh sùi mào gà ở nam và phụ nữ**







Những triệu chứng sùi mào gà ở nữ giới có khả năng khó phát hiện hơn cánh mày râu do tổ chức vùng nhạy cảm ẩn sâu vào bên trong cơ thể.

Thời gian ủ bệnh mào gà khoảng từ 2 - 9 tháng, tuy vậy với các người sức khỏe kém bệnh sẽ bùng phát chỉ sau 2 tới 3 tuần những dấu hiệu đầu tiên đã bắt đầu tạo ra.

📖 Những dấu hiệu Bệnh sùi mào gà qua từng thời kỳ

- . Bệnh tại giai đoạn sớm, tại vùng bị bệnh sẽ có một số thương tổn là những nốt sùi li ti, u nhú kích thước nhỏ chỉ từ 1 – 3mm. các nốt sùi có màu xám hoặc trùng với màu da tương đối khó nhìn thấy bằng mắt thường. lúc một số bạn sờ tay vào sẽ có cảm giác gợn gợn, thô ráp.
- . Bệnh ở thời kỳ nặng, một số nốt sùi tiến triển mau chóng cũng như mọc liền kề với nhau giống như các bông hoa súp lơ hay mào gà. Kích thước những khối u nhú lên đến vài centimet. lúc những bạn chạm vào một số mảng sùi này sẽ có cảm giác không thoải mái, ngứa ngáy.
- . Bệnh nhân khi quan hệ nam nữ sẽ có cảm giác đau rát, xuất huyết tại vùng nhạy cảm.

- Nghiêm trọng hơn, bạn có thể bị nhiễm trùng gây ra lở loét, chảy dịch mủ kèm theo mùi hôi khó chịu. các tình trạng còn có dấu hiệu tiêu rất, đi nhẹ khá nhiều lần, tiêu tương đối khó, người mệt mỏi, chán ăn, sốt, nổi khá nhiều hạch...

### Mụn sùi mào gà thường tạo ra ở đâu?

- Dấu hiệu sùi mào gà tại nữ: khu vực mọc các nốt sùi thường là tại môi bé, môi lớn, cổ tử cung, âm đạo, âm hộ, xung quanh vùng kín, khu vực hậu môn...
- Triệu chứng sùi mào gà ở nam giới: các u nhú, mụn sùi thường tập trung tại lớp da bọc dương vật, thân bộ phận sinh dục nam, các nếp gấp tại vùng kín, tại vùng da bìu, vùng hậu môn.

- mặt khác, một số nốt mụn cóc sinh dục có khả năng xuất hiện tại môi, miệng, lưỡi, cổ họng và bất kỳ vị trí nào trên cơ thể người bị bệnh.

 Vậy khi nào bạn phải thăm khám bác sĩ?

Bệnh sùi mào gà song không đe dọa trực tiếp tới tính mạng nhưng lại gây ra mất thẩm mỹ, dẫn đến tâm lý tự ti cho người bị bệnh. nếu như vùng kín hay miệng tạo ra các nốt mụn không bình thường thì bạn cần đến khám ngay. Bạn không nên đợi đến lúc mụn cóc chảy mủ hay tiến triển lên kích thước lớn mới điều trị. Vì bệnh càng trở nặng sẽ rất khó chữa trị dứt điểm và làm tăng chi phí trị liệu nhiều.

**Hình ảnh bệnh sùi mào gà giai đoạn đầu**

**Hình ảnh sùi mào gà giai đoạn sớm ở Nam Nữ, ở hậu môn, môi lớn môi bé, bộ phận sinh dục,**

**rãnh lớp da bọc dương vật, dương vật, miệng lưỡi, cổ tử cung, tay chân cũng như Sùi mào gà (benh-sui-mao-ga)** là một bệnh do virus gây ra mang tính truyền nhiễm xã hội, dẫn tới hậu quả lớn đến tâm lý cũng như hậu quả nguy hiểm tới sức khỏe của người bị bệnh. mẫu virus Bệnh sùi mào gà có tên gọi khoa học là Human Papilloma Virus, thường được gọi tắt là HPV. Đây là loại virút có thể có tới hàng trăm chủng loại khác nhau, mỗi mẫu đều có tác động làm tổn thương cơ thể nhưng với mức độ nặng nhẹ không giống nhau.



Các nốt sùi mào gà giai đoạn sớm có khả năng hình thành tại mắt nếu như vi khuẩn HPV tấn công tại khu vực này



Hình ảnh sùi mào gà giai đoạn sớm tại miệng



Hình ảnh sùi mào gà giai đoạn sớm tại tay



Hình ảnh sùi mào gà giai đoạn sớm hình thành tại bàn tay



Hình ảnh sùi mào gà giai đoạn đầu ở bộ phận sinh dục



Hình ảnh sùi mào gà giai đoạn đầu ở vùng hậu môn

**Phương thức chẩn đoán bệnh sùi mào gà**



- . Quan sát phát hiện ra bệnh bằng mắt thường

Trường hợp lúc những mụn sùi mào gà đã phát triển thành từng khối u nhú kích thước lớn (khoảng vài centimet), một số bác sĩ dễ dàng tìm ra bệnh chỉ thông qua đến khám lâm sàng. tuy tại giai đoạn đầu kích thước những khối u nhú còn quá bé, rất khó nhìn thấy bằng mắt thường, khi này các chuyên gia sẽ phải kê toa những xét nghiệm quan trọng.

- . Xét nghiệm mẫu vật với dung dịch axit Axetic:

Các chuyên gia sẽ bôi dung dịch axit axetic với nồng độ nhẹ vào vùng kín, môi lưỡi và các ở vùng nghi ngờ mắc bệnh chờ từ 2 - 5 phút nếu nốt sùi chuyển qua màu trắng thì bạn đã bị sùi mào gà.

- . Soi cổ tử cung:

Đối với nữ giới, chuyên gia sẽ dùng mỏ vịt để mở âm đạo, đưa thiết bị chuyên khoa vào soi cổ tử cung để phát hiện ra những thay đổi, thương tổn (nếu có) trong cổ tử cung.

. Tầm soát ung thư cổ tử cung:

Đây là kỹ thuật chẩn đoán hiệu quả dành cho nữ giới. virút HPV là nguyên do gây nên sùi mào gà cũng như ung thư cổ tử cung, chuyên gia sẽ lấy loại tế bào cổ tử cung để xét nghiệm cho chủng HPV gây ung thư này. Độ hiệu quả của kỹ thuật này rất cao khoảng từ 90 – 95%.

**Cách chữa trị bệnh sùi mào gà tại cánh mày râu cũng như phụ nữ**

Cách điều trị sùi mào gà được phân loại thành 2 phương pháp: chữa trị nội khoa bằng thuốc cũng

như các kỹ thuật can thiệp ngoại khoa bằng tiêu phẫu như: nhiệt trị liệu điện, laser, áp lạnh cũng như vượt trội nhất là công nghệ ALA - PDT. bác sĩ sẽ đề xuất kỹ thuật chữa trị phù hợp dựa vào mức độ bệnh lý, điều kiện hiện có của bệnh viện cũng như khu vực bị bệnh.

## Cách chữa bệnh sùi mào gà tại nhà bằng liệu trình thuốc





- Giá thuốc chính hãng: 600.000 VNĐ.
- Đặt mua ở nhà thuốc: SĐT [0988701408](tel:0988701408) hoặc Zalo [0988701408](tel:0988701408).
- Giao hàng tận nơi miễn phí ship, bọc thuốc kỹ càng, bảo mật kiến thức tuyệt đối cho người mua.
- Thuốc nguồn gốc Thái Lan chính hãng cam kết chất lượng 100%.
- Đội ngũ nhân viên giải đáp đưa ra lời khuyên nhiệt tình tới lúc khỏi hẳn.
- Chữa chữa trị hiệu quả căn bệnh sùi mào gà chỉ từ 3 đến 5 lần bôi thuốc.

# 1. Thuốc trị liệu Bệnh sùi mào gà – bệnh nhân tự bôi:

- Podophylotoxin 0,5% dạng dung dịch hoặc kem. Đây là thuốc chống phân bào, có khả năng bôi mà không phải rửa cũng như ít dẫn đến độc toàn thân. Thuốc bôi ngày 2 lần bằng tăm bông, bôi 3 ngày liên tiếp rồi nghỉ 4 ngày, chữa trị một đợt 4 tuần.
- Kem imiquimod 5% kích thích sản xuất interferon cũng như các cytokin. người bị bệnh bôi bằng tay 3 lần/tuần, đến 16 tuần. Sau khi bôi 6-10 giờ nên rửa bằng nước cũng như xà phòng nhẹ. chỉ dẫn bệnh nhân bôi đúng cách trong lần đầu và yêu cầu đi khám định kỳ để theo dõi và nhận xét hiệu quả điều trị.

- Hai loại thuốc chữa trị sùi mào gà này này không sử dụng bôi tổn thương ở quanh tại vùng hậu môn, trực tràng, niệu đạo, âm đạo và cổ tử cung. không phải dữ liệu về sự an toàn đối với phụ nữ mang thai.

## **2. Thuốc chữa trị Bệnh lí sùi mào gà – trị liệu ở cơ sở y tế:**

- Bôi podophyllin là một chất chống phân bào, dung dịch 10-25% trong cồn ethanol hay cồn benzoin. Bôi để khô, rửa sạch sau khoảng 1-4 giờ. Bôi 1-2 lần/tuần, trong 6 tuần. Một lần bôi tối đa 0,5 ml hoặc trên một diện tích tổn thương  $<10 \text{ cm}^2$  cho một lần điều trị để giảm thiểu độc tính của thuốc như làm cho ức chế tủy xương. Không sử dụng thuốc trị liệu sùi

mào gà podophyllin cho phụ nữ mang thai, cho con bú.

- Trichloroacetic (TCA) hoặc bichloroacetic (BCA) 80-90% được dùng bôi các tổn thương nhỏ, ẩm thấp. Thầy thuốc bôi cho người bị bệnh hàng tuần, trong tối đa 6 tuần. cần phải cẩn thận lúc bôi để tránh tổn hại tại vùng da niêm mạc lành. sử dụng bicarbonnat hay vaselin bôi xung quanh thương tổn để bảo vệ vùng da xung quanh.

**Mua bộ thuốc điều trị sùi mào gà tại nhà**



- Giá thuốc chính hãng: 600.000 VNĐ.
- Đặt mua ở nhà thuốc: SĐT 0988701408 hay Zalo 0988701408.
- Giao hàng tận nơi miễn phí ship, bọc thuốc kỹ càng, bảo mật thông tin tuyệt đối cho người mua.



- Thuốc nguồn gốc Thái Lan chính hãng cam kết chất lượng 100%.
- Đội ngũ nhân viên tư vấn giải đáp nhiệt tình đến lúc khỏi hẳn.
- Chữa trị liệu hiệu quả căn bệnh sùi mào gà chỉ từ 3 tới 5 lần bôi thuốc.

Cách chữa trị Bệnh lí sùi mào gà Ngày nay bao gồm điều trị sùi mào gà ngoại khoa cũng như chữa trị sùi mào gà nội khoa. những cách điều trị sùi mào gà này còn tùy thuộc vào những nhân tố không giống nhau trong quá trình trị liệu như, tình trạng bệnh, thời kỳ bệnh, sức khỏe của người bệnh, sự thích nghi trong quá trình điều trị, Chính vì thế anh chị em cần phải tới Phòng khám nam khoa để xét nghiệm sùi mào, rà soát xem bạn bị sùi mào gà giai đoạn mấy rồi dẫn ra phác đồ trị

liệu đương nhiên quá trình chữa trị sùi mào gà phù hợp. Vậy Bệnh sùi mào gà là gì? Bệnh lí sùi mào gà và cách chữa trị ra sao? 15 Cách điều trị Bệnh lí sùi mào gà hiệu quả nhất, an toàn chất lượng cho bạn chọn lọc.

## **Cách điều trị sùi mào gà bằng phẫu thuật ngoại khoa**

Tiểu phẫu là cách thức chữa sùi mào gà được chỉ định cho trường hợp bệnh đã trở nặng hay các khối u nhú tạo ra tại vùng nhạy cảm chẳng thể bôi thuốc.

### **Dùng liệu pháp áp lạnh với nito lỏng (cryotherapy)**

Với kỹ thuật này, b.sĩ sẽ dùng nito lỏng hoặc cacbon dioxit đã được đông lạnh vào một số vị trí, vị trí có các nốt sùi, u nhú. lúc đó, các u nhú sẽ có xu hướng

bong ra và phần da mới sẽ tái tạo lại. Thời gian thực hiện áp lạnh thường là từ 5 đến 15 phút, thực hiện rất nhiều lần thì mới có hiệu quả. Hiệu quả của phương thức này lên đến 70% tuy nhiên nên thực hiện đúng cách. tuy vậy, trong quá trình thực hiện có khả năng gây đau đớn, xuất huyết cho người bị bệnh. phác đồ áp lạnh với nito lỏng như phẫu thuật cắt bỏ, virus ẩn dưới không hết mà còn nặng thêm. Bạn châm thuốc thấm sâu cũng như hiệu quả cao hơn

## Cách sử dụng dao mổ điện

Các phương thức nhiệt trị liệu sùi mào gà này sử dụng dòng dao điện để chiếu, nhiệt trị liệu nóng một số u nhú, thương tổn do virus HPV dẫn đến. phương thức này thực hiện khá đơn giản tuy nhiên dễ để lại sẹo cho người bệnh ở vị trí đốt. sử dụng dao mổ

điện thì như tiểu phẫu cắt bỏ, virút ẩn dưới không hết mà còn nặng thêm. Bạn chắm thuốc thâm sâu cũng như hiệu quả cao hơn

## **Cách phẫu thuật cắt bỏ**

Những tình trạng có nhiều nốt sùi lớn, b.sĩ sẽ tiến hành tiểu phẫu cắt bỏ bằng cách sử dụng những dụng cụ chuyên dùng trong y tế. Trước lúc thực hiện, bệnh nhân sẽ được dẫn đến tê trước bằng thuốc dẫn đến tê chuyên dụng.

Nhược điểm của phương pháp này là dễ gây ra đau, xuất huyết cũng như nhiễm trùng tại vị trí trị liệu. phẫu thuật cắt bỏ, virút ẩn dưới không hết mà còn diễn biến. Bạn chắm thuốc thâm sâu cũng như hiệu quả cao hơn

## **Cách trị liệu bằng tia laser**

Nếu không áp dụng những cách chữa trị sùi mào gà trên, bệnh nhân cũng có khả năng tham khảo cách sử dụng laser. Đây là kỹ thuật dùng một chùm ánh sáng có ở laser để nhiệt trị liệu một số nốt sùi, u nhú. điều trị bằng tia laser như phẫu thuật cắt bỏ, virút ẩn dưới không hết mà còn chuyển biến phức tạp. Bắn châm thuốc thâm sâu cũng như hiệu quả cao hơn

## **Cách chữa trị sùi mào gà bằng bài thuốc dân gian, cần hoặc không?**

Hiện nay các kiến thức trên mạng chia sẻ cách chữa trị sùi mào gà bằng các bài thuốc dân gian như lá trầu không, tỏi, nghệ tươi, giấm táo, lô hội... Vì muốn chi phí thấp và cách thực hiện đơn giản nên có khá nhiều người đã thực Hiện tại nhà. tuy vậy, chưa có một nghiên cứu nào chứng minh hiệu quả

của một số kỹ thuật này. vì vậy, người bệnh khi biết mình bị bệnh thì cần đi đến khám cũng như được kê toa cách thức chữa trị phù hợp.

## **Bệnh sùi mào gà có nghiêm trọng không?**

Sự hình thành của mụn sùi mào gà trên cơ thể người mắc bệnh dẫn đến ảnh hưởng trầm trọng đến tâm lý và sức khỏe, làm giảm chất lượng sống của người mắc bệnh.

 Tác hại của Bệnh sùi mào gà ở nam giới:

- . Ung thư dương vật: phái mạnh có nguy cơ cao mắc ung thư dương vật nếu như không chủ động thăm khám, trị ngay.
- . lây nhiễm cho bạn tình: thông qua các tiếp xúc trong quá trình đời sống chăn gối, virút HPV

có thể tấn công vào cơ thể của bạn tình để gây bệnh.

- Sùi mào gà gây ra thương tổn ở bộ phận sinh dục: những u nhú, mụn sùi tập trung ở vùng nhạy cảm của cánh mày râu dễ bị trầy xước, ra máu và làm ảnh hưởng trực tiếp tới sinh hoạt, đời sống của người mắc bệnh.

📖 **Biến chứng của Bệnh lí sùi mào gà tại phụ nữ:**

- lây nhiễm bệnh sang con: Thai phụ nhiễm virus HPV dễ mắc sảy thai, sinh non. thêm nữa, em bé khi sinh ra dễ mắc bệnh mào gà bẩm sinh, dễ mắc nên một số bệnh về đường hô hấp, thanh quản...
- Viêm nhiễm phụ khoa: một số khối u nhú nếu mắc trầy xước ra máu sẽ tạo điều kiện cho vi khuẩn dẫn đến hại thâm nhập dẫn đến viêm,

chảy mủ, cảm giác ngứa ngáy và cảm giác đau tại vùng âm hộ - âm đạo.

- . Ung thư cổ tử cung: Đối với nữ giới, virút HPV tuýp 16 và 18 làm tăng tỉ lệ mắc bệnh ung thư cổ tử cung, là một trong các chứng bệnh dẫn tới tử vong hàng đầu tại nữ giới.
- . Gây tổn thương bộ phận sinh dục: nếu bệnh mồng gà kéo dài hay bệnh quay trở lại khá nhiều lần khá dễ để lại sẹo cũng như những thương tổn khó lành tại bộ phận sinh dục.

**Mua bộ thuốc chữa trị sùi mào gà dứt điểm tại nhà**





- Giá thuốc chính hãng: 600.000 VNĐ.
- Đặt mua ở nhà thuốc: SĐT [0988701408](tel:0988701408) hoặc Zalo [0988701408](tel:0988701408).
- Giao hàng tận nơi miễn phí ship, bọc thuốc kỹ càng, bảo mật kiến thức tuyệt đối cho người mua.

- Thuốc nguồn gốc Thái Lan chính hãng cam kết chất lượng 100%.
- Đội ngũ nhân viên tư vấn đưa ra lời khuyên nhiệt tình tới lúc khỏi hẳn.
- Điều trị hiệu quả căn bệnh sùi mào gà chỉ từ 3 đến 5 lần bôi thuốc.

## **Cách phòng ngừa sùi mào gà như thế nào?**

Sùi mào gà (thuoc-chua-benh-sui-mao-ga) do virus HPV dẫn đến, chủ yếu lây truyền qua quan hệ nam nữ. do đó, bạn toàn bộ có khả năng phòng tránh được bệnh mồng gà bằng một số giải pháp tiêm phòng vắc-xin cũng như chuyện yêu an toàn như sau:

 **Đời sống chẵn gói an toàn:**

Chuyện yêu an toàn yêu cầu bạn quan hệ chung thủy với một bạn đời duy nhất, cả ba người đều cần bảo đảm không bị bệnh truyền nhiễm từ bên thứ ba. hoặc nếu như không, tối thiểu bạn nên dùng BCS mỗi lúc quan hệ tình dục, hạn chế chuyện ấy bằng miệng hay bằng ở vùng hậu môn.

### Tiêm phòng vắc-xin HPV:

Hiện y học chưa có giải pháp trị khỏi triệt để sùi mào gà cần b.sĩ khuyên rằng người bệnh, đặc biệt là chị em nữ giới phải tiêm vắc xin ngừa virút HPV, phòng được cả mụn cóc sinh dục và ung thư cổ tử cung.

Vắc xin được dành cho nữ giới từ 9-26 tuổi, chưa có hay đã có chuyện ấy. Người chưa từng chuyện ấy có hiệu quả phòng tránh bệnh cao hơn. Với một số người đã quan hệ vợ chồng thì tiêm ngừa vắc-xin

giúp cơ thể ngăn ngừa việc bị thêm chủng HPV mới.

### Thăm khám sức khỏe định kỳ:

Khám sức khỏe định kỳ tối thiểu mỗi năm một lần nhằm tìm ra cũng như điều trị các trục trặc sức khỏe từ sớm. hoặc nếu bạn thường xuyên có quan hệ quan hệ ngoài luồng thì nên đến khám 6 tháng một lần.

### Chế độ sinh hoạt và làm việc khoa học:

- Thói quen sinh hoạt cũng như làm việc khoa học nhằm tăng cường sức đề kháng và nâng cao sức đề kháng của cơ thể. Theo đây, bác sĩ khuyến cáo bạn cần chú ý chế độ dinh dưỡng đầy đủ, ưu tiên thực phẩm tươi sống, rau xanh và trái cây... Luyện tập thể thao thể thao ít nhất 30 phút mỗi

ngày, giữ tâm trạng ổn định, tránh căng thẳng, stress.

Tác giả Lê Hảo

*Nguồn: <https://kcb.vn/tai-lieu>*