



COVID-19 có thể lây truyền qua đường tình dục không?

Gần đây, chúng tôi thấy rất nhiều câu hỏi trên các trang mạng xã hội về việc COVID-19 có thể lây truyền qua đường tình dục hay không. Tài liệu giải thích này được soạn thảo để giúp bạn hiểu rõ hơn về những nghiên cứu hiện thời và sẽ giải đáp thắc mắc này cho độc giả.

Vì việc tiếp cận các vấn đề tình dục phụ thuộc vào văn hoá, chúng ta cần phải xem trọng việc điều chỉnh thông tin cho phù hợp với địa phương và đảm bảo thông tin đưa ra đáp ứng được nhu cầu của độc giả.

Tin đồn này từ đâu đến?

[Các nhà nghiên cứu ở Trung Quốc](#) đã phát hiện dấu vết của SARS-CoV-2 trong tinh dịch của các bệnh nhân nhiễm COVID-19 và những người hồi phục sau khi nhiễm bệnh. Điều này tạo nên những lo ngại về việc COVID-19 có thể lây qua đường tình dục.

Điều quan trọng là nghiên cứu này có mẫu tương đối nhỏ, chỉ có 38 người. Trong số đó, 23 bệnh nhân đã hồi phục và 15 người còn lại vẫn còn nhiễm COVID-19. Các nhà nghiên cứu tìm thấy dấu vết của SARS-CoV-2 trong tinh dịch của chỉ 4 bệnh nhân còn nhiễm COVID-19 và ở 2 người khác đã hồi phục.

Các nhà nghiên cứu không tiếp tục theo dõi các người tham gia để xác định virus corona còn ở trong tinh dịch của họ bao lâu hay những bệnh nhân nam này có lây cho bạn tình của họ hay không.

[Những nghiên cứu trước](#) (toàn văn [ở đây](#)) ở Trung Quốc không tìm thấy bất kỳ dấu hiệu nào của virus trong tinh dịch của bệnh nhân nam xét nghiệm dương tính. Tuy nhiên, không tìm thấy virus trong các mẫu tinh dịch không đồng nghĩa với việc virus không xâm nhập và gây ảnh hưởng chức năng của tinh hoàn. Những nhà điều tra nói rằng sẽ cần thêm nhiều nghiên cứu để xác định những tương tác giữa COVID-19 và cơ quan sinh dục nam.



Chúng ta biết rằng virus có thể lây truyền qua [đường phân-miêng](#) (nên việc rửa tay sạch sẽ rất quan trọng sau khi dùng nhà vệ sinh) nhưng [theo CDC](#), vẫn chưa xác định được liệu virus có lây qua việc nôn mửa, tiểu tiện và cho con bú hay không.

Những loại virus khác như Ebola và Zika, có thể lây qua đường tình dục.

Điều này có nghĩa là COVID-19 có thể lây qua đường tình dục hay không?

Quan trọng là chúng ta cần hiểu rõ rằng dù virus được phát hiện ở một nhóm nhỏ mẫu tinh dịch trong một nghiên cứu, điều này không có nghĩa là virus có thể lây qua đường tình dục.

Khi bạn nhiễm phải bất kì loại virus nào, chúng sẽ tuần hoàn trong cơ thể bạn và để lại các dấu hiệu nhỏ trong dịch thể như là nước bọt, nước tiểu và tinh dịch. Các loại [virus](#) truyền nhiễm thường được tìm thấy trong tinh dịch, với [Zika](#) là ví dụ tiêu biểu gần đây. Các nhà nghiên cứu Trung Quốc ghi chép rằng có 27 loại [virus](#) khác nhau đã được tìm thấy trong tinh dịch người.

Tóm lại trong giai đoạn này, không có bằng chứng cho thấy COVID-19 lây qua đường tình dục, có thể nói là bệnh không có dấu hiệu lây qua việc giao phối, NHƯNG có nguy cơ lây lan COVID-19 rất cao qua việc hôn, tiếp xúc cơ thể và trên hết là việc quan hệ tình dục đòi hỏi bạn tình tiếp xúc gần với nhau.

Quan hệ tình dục với người nhiễm COVID-19 có an toàn không?

Chúng ta biết rằng virus gây COVID-19 lây lan qua tiếp xúc gần. COVID-19 lây qua đường hô hấp khi một người tiếp xúc gần với những người có các triệu chứng về đường hô hấp như ho và hắt xì. Bệnh cũng có thể lây qua việc hôn.

Tiếp xúc gần với bất kỳ ai, dù là bạn đang đọc sách hay quan hệ tình dục đều sẽ tăng nguy cơ nhiễm virus. Thế nên các dịch chất trong quan hệ tình dục có thể không làm lây nhiễm, nhưng việc tiếp xúc gần đủ tăng nguy cơ nhiễm bệnh.



Nếu bạn sống với bạn tình, chồng hoặc vợ thì bạn đã tiếp xúc gần với họ, cho nên việc quan hệ tình dục khó có khả năng làm tăng nguy cơ lây truyền virus giữa hai người.

Nếu bạn có quan hệ tình dục với những bạn tình bình thường, giữ vệ sinh sạch sẽ, gồm rửa tay trước và sau khi quan hệ, sẽ ngăn ngừa sự virus và vi khuẩn lây lan. Vì nhiều người mắc COVID-19 không có triệu chứng rõ ràng, rất khó để xác định liệu tiếp xúc gần với người khác có an toàn hay không.

Cố gắng tránh tiếp xúc dưới mọi hình thức và đi xét nghiệm nếu bạn cùng người yêu đang bị các triệu chứng của COVID-19 hoặc nếu bạn nghĩ rằng mình đã tiếp xúc với một ca xác nhận.

Các triệu chứng của COVID-19:

- Sốt
- Các triệu chứng của cúm như ho, đau họng và mệt mỏi
- Khó thở

Làm sao để báo cáo vấn đề này?

Cũng như nhiều vấn đề xoay quanh virus này, điều tốt là tập trung vào các hành động thiết thực để có thể tự bảo vệ bản thân. Như chúng ta đã biết về các đại dịch khác, đơn giản là biết được COVID-19 có hoặc không lây qua đường tình dục sẽ không ảnh hưởng đến việc lựa chọn tình dục của một số người.

- Nhấn mạnh tầm quan trọng của việc vệ sinh sạch sẽ. Dù bạn có làm gì thì vệ sinh sạch sẽ là lá chắn tốt nhất trước sự lây lan của virus.
- Đưa ra những lời khuyên thiết thực về việc giãn cách xã hội phải phù hợp với hoàn cảnh. Không phải ai cũng có chỗ để giữ khoảng cách với người khác. Nhiều hình thức thể hiện sự thân mật cần khoảng cách gần hơn 2 mét giãn cách theo khuyến cáo của Tổ chức Y tế Thế giới. Điều này không có nghĩa là các cặp đôi phải hoàn toàn cô lập nhau và ngừng tất cả các cử chỉ thân mật. Nếu cả hai đều cảm thấy khỏe mạnh, đang thực hiện giãn cách xã hội và chưa từng tiếp xúc với người nhiễm COVID-19 thì việc đụng chạm, ôm hôn và quan hệ tình dục có thể xem là an toàn.





Bạn có thể đề xuất những khuyến cáo thiết thực để độc giả có thể thực hiện?

- Chỉ ra rằng không có bằng chứng nào cho thấy thủ dâm làm lây lan virus corona, đặc biệt nếu như bạn đã rửa tay sạch sẽ;
- Những hướng dẫn hiện tại khuyến khích là không quan hệ tình dục với hoặc hôn bất kỳ ai ngoài gia đình. Nếu có, bạn cần hạn chế số người càng ít càng tốt. Hãy nhớ rằng việc quan hệ với những người ngoài gia đình có thể khiến bạn và những người khác gặp nguy cơ mắc virus gây ra COVID-19.
- Độc giả của bạn có thể là những người lao động tình dục và cần cần nhắc khuyến họ tránh những tương tác thân thể, mặt đối mặt và chuyển sang hẹn hò video, nhắn tin sex và phòng chat. Hãy nhớ khuyến họ khử trùng bàn phím và màn hình cảm ứng dùng chung với người khác.
- Xem xét dùng các hình thức kích dục khác không tiếp xúc cơ thể - như gọi tình và nói chuyện.
- Nếu bạn sử dụng phương pháp ngừa thai, bạn cần lưu ý rằng nhiều dịch vụ y tế công cộng thông thường bị gián đoạn trong đại dịch COVID-19. Dành thời gian tìm hiểu các thay đổi của dịch vụ ngừa thai và giữ bên mình những dụng cụ ngừa thai trước khi tham gia quan hệ tình dục không an toàn nếu muốn tránh mang thai.
- Nếu trong hoàn cảnh của bạn, báo chí nói về quan hệ qua đường hậu môn, bạn nên đề cập cụ thể rằng bao cao su là cần thiết khi quan hệ qua đường hậu môn.

Trong thời kỳ khủng hoảng này, độc giả và khán giả cũng cần sự an ủi. Cho họ biết rằng họ không có tâm trạng quan hệ là điều bình thường. Mỗi người đều có những phản ứng tâm lý khác nhau khi đối mặt với căng thẳng. Nếu cuộc sống trong dịch bệnh đã giảm đi ham muốn tình dục thì khi cuộc sống trở lại bình thường, ham muốn sẽ quay lại.

