

**BÁO CÁO KẾT QUẢ  
GIẢNG DẠY SINH VIÊN TRƯỜNG  
SOUTHERN CROSS UNIVERSITY – AUSTRALIA  
THỰC TẬP TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC CẦN THƠ  
(Từ ngày 11/11– 29/11/2019)**



**BỘ MÔN TỔ CHỨC & QUẢN LÝ Y TẾ**

# **Nội dung giảng dạy cho Đoàn SCU thực tập**

1. Giới thiệu các vấn đề sức khỏe cộng đồng ở Việt Nam, Cần Thơ (mô hình bệnh tật, bệnh không lây nhiễm, trầm cảm trước và sau sinh)
2. Phân tích vấn đề sức khỏe tại cộng đồng và thực hiện cuộc khảo sát KAP của người dân về “Trầm cảm trước và sau sinh”
3. Phát triển và thử nghiệm tài liệu truyền thông chủ đề “Trầm cảm trước và sau sinh” dành cho cán bộ y tế và cộng đồng
4. Tổ chức buổi nói chuyện sức khỏe tại cộng đồng về “Trầm cảm trước và sau sinh”

# Đoàn Southern Cross University (SCU) Australia

▫ 15 thành viên



Janne - Danielle

▫ 02 giáo viên hướng dẫn

## 1. Janette Mary Anthony

Lecturer (Teaching Scholar),  
Southern Cross University

## 2. Danielle Bull

Occupational Therapy Lecturer  
Southern Cross University

# 13 sinh viên trường SCU



Các ngành Điều dưỡng, Vật lý trị liệu (Trị liệu bàn chân, Ngôn ngữ trị liệu)

# KHOA Y TẾ CÔNG CỘNG

▫ Điều phối, Giảng dạy:

BM. Tổ chức & Quản lý y tế

▫ Hỗ trợ hướng dẫn thực địa

02 cán bộ : - BM. Dịch tễ học &

- BM. Sức khỏe môi trường



Sinh viên CTUMP hỗ trợ sinh viên SCU đi thực địa  
tại xã Giai Xuân, huyện Phong Điền



Giao lưu văn hóa – Chào mừng đoàn Sinh viên SCU và sinh viên CTUMP



# MỘT SỐ HÌNH ẢNH HOẠT ĐỘNG GIẢNG DẠY

- Thảo luận nhóm: Xây dựng bộ câu hỏi “KAP về Trầm cảm trước và sau sinh”



## Community Knowledge and Attitudes

### Towards Perinatal Depression

Kiến thức và quan điểm của cộng đồng đối với trầm cảm trước và sau sinh

\*\*\*

Hello, my name is \_\_\_\_\_. Is it okay if you answer some questions now?

Xin chào, tôi tên là \_\_\_\_\_. Không biết tôi có thể hỏi anh chị một số câu hỏi được không?

**Consent gained:** Yes / No Đồng ý: Có/ Không

**Age/ Tuổi:** \_\_\_\_\_

**Gender/ Giới tính:** \_\_\_\_\_

**Ethnicity/ Dân tộc:** \_\_\_\_\_

**\*Marital status/ Tình trạng hôn nhân:** \_\_\_\_\_

**\*Do you have children/ Anh chị có con không?** Yes / No

**Educational level/ Trình độ học vấn:**

Illiterate/ Không biết đọc biết viết      Primary/ Cấp 1      Secondary/ Cấp 2

College/ Cấp 3      University/ Cao đẳng, Đại học

**Occupation/ Nghề nghiệp:**

Housewife/ Nội trợ      Worker/ Làm thuê, mướn      Farmer/ Nông dân      Trader/

Buôn bán      Officer/ Cán bộ công chức      Other/ Khác \_\_\_\_\_

**\*Financial Level/ Kinh tế gia đình: do you have a certificate of**

**(Anh/ chị có sổ hộ nghèo/ cận nghèo không?)**

Poor/ Nghèo      Nearly Poor/ Cận nghèo      Normal/ Bình thường



▫ Bộ câu hỏi sàng lọc  
“Trầm cảm trước và  
sau sinh” (cán bộ y tế)

**Project:** Perinatal Mental Health: Knowledge, Attitudes, Skills of Health Professionals

**SCU Team:** Willa, Caitlin G, Tara, Anna, Alexis, Taryn

---

**Introduction**

Thank you for agreeing to take part in this informal interview. We are health-science students from Southern Cross University in Australia and are conducting interviews to gather an insight into the current knowledge, skills and attitudes of Vietnamese Health Professionals towards Perinatal depression.

There are no right or wrong answers and this information will remain confidential. This will only take about 10-15 minutes. Do you agree to proceed?

YES  NO

**Demographic questions:** *Firstly, I'm going to ask you some questions about yourself.*

*Please tick the box that applies*

1. Gender: Female  Male  Other

2. Degree: \_\_\_\_\_

3. Job title: \_\_\_\_\_

4. Age: \_\_\_\_\_

Bảng câu hỏi nhấn mạnh 4 lĩnh vực chính ảnh hưởng đến việc đánh giá PND trong thực tế hiện nay, gồm có:

1. Hạn chế trong đào tạo/ kiến thức trong nhận dạng và điều trị PND.
2. Không có công cụ đánh giá PND hiện tại có sẵn.
3. Hạn chế thời gian trong thực tế.
4. Sự kỳ thị về văn hóa trong cộng đồng và các chuyên gia y tế.

# Hướng dẫn **Thiết kế** tài liệu truyền thông – Xây dựng bộ công cụ sàng lọc “Trầm cảm trước & sau sinh”



Nhóm 1: Thiết kế tờ gấp, website và thu thập thông tin, giáo dục SK tại cộng đồng



Nhóm 2: Xây dựng bộ công cụ sàng lọc “Trầm cảm trước và sau sinh” (cán bộ y tế)

# Thử nghiệm bộ công cụ sàng lọc “Trầm cảm trước và sau sinh” (dành cho CBYT)




## Wellbeing Pregnancy Plan

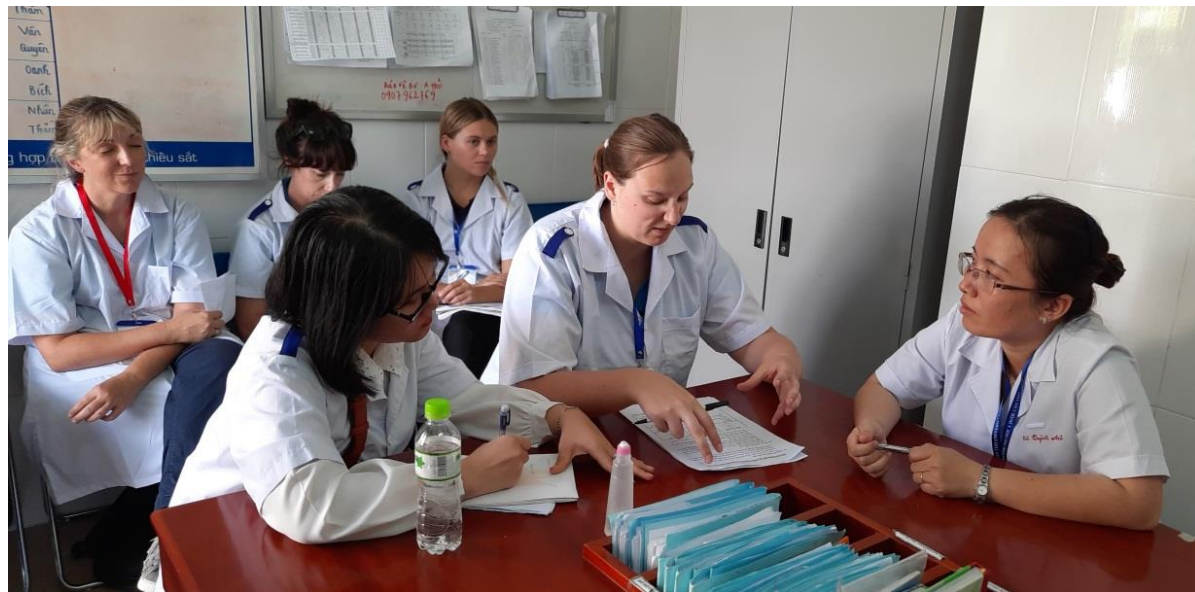
### How to use this plan:

- This wellbeing pregnancy plan is designed to help mothers identify how they are feeling throughout the different stages of pregnancy and motherhood.
- Once gathered, this information will assist the health practitioner to provide guidance and support for the mother, within the first 12 months of motherhood.

### When to Use This Plan:

- This plan will be completed by the mother prior to each appointment and will take less than five minutes.
- The completed form will then be handed to the health professional, providing information to determine whether the mother is at a low, medium, or high risk or perinatal depression.
- It will also provide the health professional with a way to track and measure a mother’s mental health throughout motherhood.

Low Risk	Moderate Risk	High Risk
		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Follow up</li> <li>• Monitor</li> <li>• Provision of extra visits for support</li> <li>• Provide reassurance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Follow up</li> <li>• Monitor</li> <li>• Provision of extra visits for support</li> <li>• Provide supportive strategies</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Referral to Psychiatrist or Obstetrician</li> <li>• Follow up after referral</li> <li>• Monitor</li> <li>• Provision of extra visits for support</li> <li>• Provide specific interventions</li> </ul>



Phòng vấn cán bộ y tế tại bệnh viện Trường



Phòng vấn cán bộ y tế tại Trạm y tế xã

# Thử nghiệm

Phiếu khảo sát “Trầm cảm trước và sau sinh”  
(dành cho bà mẹ mang thai và sau sinh)

**MY WELLBEING PLAN FOR PREGNANCY, BIRTH, AND POST-**


This plan helps you to identify how you are feeling at the different stages of pregnancy and early motherhood. Physical changes are important to manage, but so is your emotional health. Some women may feel worried, unhappy, depressed or mentally unwell during this time. The information you provide in this chart will help your doctor to support you.

Name:  
Reason for visit:

**How am I feeling?**  
Write down how you feel right now, your thoughts about birth, and how you feel about your baby.

Please circle the face that indicates how you are feeling today. If doing so, the doctor will know if you are happy or sad.

☐☐☐





Sinh viên SCU đi thử nghiệm  
tờ gấp “Trầm cảm trước và  
sau sinh” tại cộng đồng



Hướng dẫn  
sử dụng điện thoại  
Quét mã vạch in trên  
tờ gấp để xem thông  
tin trên trang web



# Làm việc nhóm – Tập đợt chuẩn bị buổi NCSK tại cộng đồng





Thảo luận – chuyển ngữ tài liệu truyền thông GDSK

# Thảo luận - Rút kinh nghiệm sau buổi truyền thông tại cộng đồng (lần 1)







Đoàn sinh viên SCU tham quan bệnh viện Trường ĐHYD

# KẾT QUẢ THỰC TẬP

1. Thu thập thông tin qua “Khảo sát KAP của người dân về Trầm cảm trước và sau sinh”

▫ Phỏng vấn 85 người dân



## KẾT QUẢ KHẢO SÁT TRẦM CẢM TRƯỚC VÀ SAU SINH TẠI XÃ GIAI XUÂN

### Kiến thức

- 63.9% từng nghe về Trầm Cảm Trước và Sau Sinh (TCT&SS)
- 14.5% biết được biểu hiện của TCT&SS

### Thực hành

- 75% người phỏng vấn trả lời muốn được giúp đỡ nếu có biểu hiện về TCT&SS

### Thái độ

- 88.2% đồng ý rằng TCT&SS là một vấn đề nghiêm trọng
  - 63.5% muốn tìm hiểu thêm kiến thức về TCT&SS
- 93.7% đồng ý rằng mọi người xung quanh sẽ có lợi từ việc nâng cao hiểu biết về TCT&SS

### Kết luận


- Kết quả khảo sát cho thấy kiến thức người dân ở xã về TCT&SS còn hạn chế.
- Người dân nhận ra lợi ích khi biết thêm các kiến thức về TCT&SS và sẵn sàng tìm hiểu thêm (63.5%)

# 2. Phát triển 03 loại tài liệu chủ đề “Trầm cảm trước và sau sinh”

Tờ gấp


### Giải pháp

Bà mẹ trong thời gian mang thai và sau sinh cần: đảm bảo dinh dưỡng hợp lý, chú ý nghỉ ngơi, thư giãn




Gia đình thường xuyên quan tâm, chia sẻ với bà mẹ trong thời gian mang thai và sau sinh

Giúp đỡ và động viên các bà mẹ đi khám tại cơ sở y tế khi nghi ngờ có dấu hiệu trầm cảm.



### Thông tin trầm cảm trước và sau sinh



Quét mã dưới đây để biết thêm thông tin về Trầm cảm trước và sau khi sinh



HOẶC truy cập website <https://pttin3.wixsite.com/pndscu2019>


#### Khám và tư vấn tại

**BỆNH VIỆN ĐẠI HỌC Y DƯỢC CẦN THƠ**  
179 Nguyễn Văn Cừ, An Khánh, Cần Thơ  
Số điện thoại: 0292 3899 444  
mở 24/24

## TRẦM CẢM TRƯỚC VÀ SAU SINH

Bà mẹ hạnh phúc, gia đình hạnh phúc



2019

### Thông tin chung về trầm cảm trước & sau sinh

- Là cảm giác trầm buồn kéo dài khi mang thai và sau sinh
- Cứ 4 bà mẹ thì có 1 người có biểu hiện của trầm cảm trước và sau sinh
- Giai đoạn mang thai và làm mẹ có thể sẽ rất khó khăn và căng thẳng
- Trầm cảm trước và sau khi sinh có thể điều trị và dự phòng được
- Việc phát hiện và hỗ trợ sớm rất quan trọng, đặc biệt trong giai đoạn mang thai.



### Dấu hiệu nhận biết



Ăn uống không ngon  
Rối loạn giấc ngủ  
Trầm buồn kéo dài



Lo lắng vô cớ  
Bực bội, bứt rứt  
Thiếu sinh lực



Khó tập trung,  
khó ghi nhớ,  
khó ra quyết định



**Nếu những dấu hiệu trên kéo dài trên 2 tuần, hãy tìm kiếm sự giúp đỡ**

### Yếu tố nguy cơ

Bà mẹ dễ bị trầm cảm nếu:

- Kinh tế gia đình khó khăn
- Người nhà không quan tâm.
- Tiền sử mắc trầm cảm.
- Biến chứng sau sinh hoặc em bé không khỏe



### Hậu quả

- Chậm phát triển trí tuệ & tinh thần của em bé
- Ảnh hưởng đến công việc và các mối quan hệ xã hội của bà mẹ






# ▫ Xây dựng trang web, thông tin về PND

[https:// pttin3.wixsite.com/pndscu2019](https://pttin3.wixsite.com/pndscu2019)

Quét mã  
vạch in  
trên tờ  
gấp

**Thông tin trầm cảm trước và sau sinh**

Quét mã dưới đây để biết thêm thông tin về Trầm cảm trước và sau khi sinh



HOẶC truy cập website  
<https://pttin3.wixsite.com/pndscu2019>

**Khám và tư vấn tại**  
**BỆNH VIỆN ĐẠI HỌC Y DƯỢC CẦN THƠ**  
179 Nguyễn Văn Cừ, An Khánh, Cần Thơ  
Số điện thoại: 0292 3899 444  
mở 24/24

6

## Happy Mother, Happy Family: Perinatal Depression

Home | **What is Perinatal Depression?** | Getting Help | Results from Community Survey


Signs and Symptoms  
Differences between Baby Blues and PND  
Risk Factors and Effects



About "Happy Mother, Happy Family: Perinatal Depression"

"Happy Mother, Happy Family: Perinatal Depression" is a site developed for the entire community to access information about perinatal depression (PND), how to support new mothers throughout early motherhood and how to seek medical advice about this condition. A survey within a Vietnamese community was conducted to identify the current perceptions and knowledge of PND. The results showed, the condition is not well known and key areas of limited knowledge were targeted within this site.





If any information raises concerns for yourself, family or friends we recommend you seek medical advice.



- Trang bị Bộ công cụ sàng lọc “Trầm cảm trước và sau sinh” sử dụng tại trạm y tế, bệnh viện



# Phiếu sàng lọc về “Trầm cảm trước và sau sinh” (dành cho cán bộ y tế)

Nguy cơ thấp 	Nguy cơ trung bình  	Nguy cơ cao 
<ul style="list-style-type: none"><li>• Theo dõi</li><li>• Kiểm tra</li><li>• Khám thêm để hỗ trợ</li><li>• Khuyến khích để yên tâm</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Theo dõi</li><li>• Kiểm tra</li><li>• Khám thêm để hỗ trợ</li><li>• Cung cấp các hoạt động hỗ trợ</li><li>• Nếu bệnh nhân có tình trạng mất khẩu vị, khó ngủ, mất hứng thú, cần được sàng lọc bằng PHQ-2</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Giới thiệu đến bác sĩ tâm thần</li><li>• Theo dõi sau khi giới thiệu khám</li><li>• Khám thêm để hỗ trợ</li><li>• Cung cấp biện pháp can thiệp cụ thể</li></ul>

## PHIẾU THEO DÕI SỨC KHỎE KHI MANG THAI, LÚC SINH VÀ SAU SINH

Ngày: \_\_\_\_\_  
Tên: \_\_\_\_\_  
Tuổi: \_\_\_\_\_  
Lý do đến khám: \_\_\_\_\_

Phiếu này giúp xác định cảm xúc của bạn trong quá trình mang thai và thời kỳ làm mẹ ban đầu. Chăm sóc sức khỏe tinh thần cũng quan trọng như chăm sóc sức khỏe thể chất khi mang thai.

Ghi chú:

---

---

---

---

Để biết thêm thông tin, vui lòng truy cập website:  
<https://ottin3.wixsite.com/ondscu2019?lang=vi>



# Phiếu khảo sát về “Trầm cảm trước và sau sinh” (dành cho bà mẹ)

Bạn thấy cảm xúc mình như thế nào?

- Hài lòng       Không hài lòng

Hãy khoanh tròn vào hình gương mặt biểu hiện cho cảm xúc trong 2 tuần qua của bạn. Khi bạn thực hiện, bác sĩ sẽ biết được hôm nay bạn cảm thấy vui hay buồn.



Hãy đánh dấu vào các ô bên dưới nếu bạn đã trải qua bất kỳ điều nào sau đây trong 2 tuần qua:

- Thay đổi khẩu vị, ăn uống kém ngon miệng
- Khó ngủ, mất ngủ.
- Lo lắng, tim đập với sự sợ hãi.
- Ít hứng thú, ít vui vẻ khi làm việc
- Cảm thấy hụt hẫng, muốn khóc
- Hay lo lắng quá mức về việc chăm sóc con.
- Không thấy hứng thú với con của mình
- Bực bội
- Tổn hại đến em bé
- Có ý định tự tử
- Khác (ghi rõ) \_\_\_\_\_

# Thử nghiệm Bộ công cụ sàng lọc “Trầm cảm trước và sau sinh”

## Đối tượng phỏng vấn

- 02 Bác sĩ sản khoa
- 01 Bác sĩ CK Tâm thần kinh
- 01 Bác sĩ đa khoa
- 02 Điều dưỡng
- 02 Nữ hộ sinh





# 3. Thử nghiệm tờ gấp và website & “Trầm cảm trước và sau sinh”

PV cá nhân và nhóm  
Tổng cộng 20 người

**SOLUTIONS**

**FAMILY & FRIENDS**

*Having supportive family and friends can help a mother who is experiencing perinatal depression.*

*If you notice a woman who is pregnant or a mother experiencing these symptoms, offer your support and encourage her to seek help from a health professional.*

**HEALTH PROFESSIONALS**

*If you or someone you know is experiencing symptoms of perinatal depression, refer to a health professional.*

*Health professionals can offer their expertise to support mother's and treat back to health.*

**INFORMATION ON PERINATAL DEPRESSION**

Smartphone users can scan this QR code using their camera or download a QR scanner app to visit a free mobile-friendly website with information on perinatal depression.

**PERINATAL DEPRESSION**

**HAPPY MOTHER, HAPPY FAMILY**

**IF YOU NEED MORE HELP VISIT:**

CAN THO UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY HOSPITAL - 179 Nguyen Van Cu Street, An Khanh Ward, Can Tho  
Phone: 0292 3899 444  
Open 24 hours

2019

**Happy Mother, Happy Family: Perinatal Depression**

Home | What is Perinatal Depression? | Getting Help | Results from Community Survey

Signs and Symptoms  
Differences between Baby Blues and PND  
Risk Factors and Effects

About "Happy Mother, Happy Family: Perinatal Depression"

"Happy Mother, Happy Family: Perinatal Depression" is a site developed for the entire community to access information about perinatal depression (PND), how to support new mothers throughout early motherhood and how to seek medical advice about this condition. A survey within a Vietnamese community was conducted to identify the current perceptions and knowledge of PND. The results showed, the condition is not well known and key areas of limited knowledge were targeted within this site.

If any information raises concerns for yourself, family or friends we recommend you seek medical advice.

# 4. Tổ chức truyền thông tại cộng đồng chủ đề “Trầm cảm trước và sau sinh”

02 cuộc/50 người tại 2 ấp, xã Giai Xuân



# Thiết kế Poster truyền thông tại cộng đồng





Tổ chức Nói chuyện SK tại:

- Ấp Bình Thạnh

- Ấp Thới Giai





Tổ chức truyền thông thành công tốt đẹp

# TỔNG KẾT ĐỢT THỰC TẬP



Sinh viên SCU báo cáo kết quả thực tập trong 3 tuần



Thảo luận kết quả đợt thực tập

# BÀN LUẬN

- Sử dụng bộ công cụ sàng lọc để phát hiện sớm “Trầm cảm trước và sau sinh” tại Bệnh viện Trường và trạm y tế xã Giai Xuân trong thời gian tới?
- In ấn tờ gấp “Trầm cảm trước và sau sinh” để tư vấn tại cơ sở y tế và phát cho người dân trong cộng đồng?





Tặng quà lưu niệm của Trường cho 2 giáo viên



Trao giấy chứng nhận của Trường cho sinh viên SCU



Tặng quà lưu niệm cho sinh viên trường SCU



Trường SCU tặng giấy khen cho giảng viên bộ môn



Thực tập xong rồi vui quá đi...



**Chào tạm biệt và hẹn gặp lại ...**

**Xin cảm ơn**  
**Quý thầy cô đã lắng nghe**