



Delev
BANANA
PHẢI MẠNH LÀ PHẢI MẠNH



**MEN'S
HEALTH**
BE STRONGER

CẨM NANG SỨC KHỎE NAM GIỚI

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ GIÃN TĨNH MẠCH THƯỜNG TINH

Hiểu **đúng** bệnh lý, chẩn đoán **chính xác**
và điều trị **đúng** thời điểm.



Bảo vệ khả năng
sinh sản



Cải thiện tuần hoàn
tinh hoàn



Chẩn đoán
chính xác



Điều trị kịp thời
tối ưu hiệu quả



Tác giả:

TS.BS.CK2 Trà Anh Duy



Đơn vị:

Hệ thống Trung tâm Sức khỏe Nam giới Men's Health



Năm xuất bản: **2026**



**MEN'S[®]
HEALTH**
BE STRONGER

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ GIÃN TĨNH MẠCH THƯỜNG TINH

Cẩm nang sức khỏe nam giới dành cho người bệnh, gia đình và các cặp đôi đang quan tâm đến đau bìu, tinh hoàn, chất lượng tinh trùng và vô sinh nam.



Giới thiệu tác giả

TS.BS.CK2 Trà Anh Duy là bác sĩ chuyên sâu trong lĩnh vực Nam khoa, Y học giới tính và Sức khỏe sinh sản nam giới, đồng thời là người sáng lập Hệ thống Trung tâm Sức khỏe Nam giới Men's Health. Với nhiều năm theo đuổi chuyên ngành nam khoa một cách bài bản, bác sĩ Trà Anh Duy được biết đến là một trong những chuyên gia tiên phong trong tiếp cận toàn diện sức khỏe nam giới tại Việt Nam, kết hợp giữa điều trị y học hiện đại, phẫu thuật chuyên sâu, nội tiết, tâm lý và chất lượng sống của người bệnh.



Trong lĩnh vực vô sinh nam và bệnh lý cơ quan sinh dục nam, TS.BS.CK2 Trà Anh Duy được nhiều bệnh nhân tin tưởng nhờ kinh nghiệm xử lý các trường hợp khó, phức tạp, đặc biệt là các bệnh lý cần đến kỹ thuật tinh tế và độ chính xác cao. Bác sĩ được đánh giá là “bàn tay vàng” trong lĩnh vực vi phẫu nam khoa, nổi bật với các kỹ thuật như vi phẫu giãn tĩnh mạch thừng tinh, vi phẫu nối ống dẫn tinh, vi phẫu phục hồi đường dẫn tinh và các kỹ thuật tìm tinh trùng chuyên sâu như micro-TESE ở nam giới vô tinh không do tắc nghẽn.

Điểm nổi bật trong thực hành của bác sĩ Trà Anh Duy là không chỉ tập trung vào một kết quả xét nghiệm hay một tổn thương đơn lẻ, mà luôn xem người bệnh nam trong một bối cảnh toàn diện: khả năng sinh sản, nội tiết testosterone, chức năng tình dục, tâm lý nam giới, bệnh lý chuyển hóa và mối quan hệ gia đình. Cách tiếp cận này giúp người bệnh được chẩn đoán đúng nguyên nhân, lựa chọn đúng thời điểm điều trị và có kế hoạch theo dõi lâu dài sau can thiệp.



Giới thiệu

Hệ thống Trung tâm Sức khỏe Nam giới Men's Health

Hệ thống Trung tâm Sức khỏe Nam giới Men's Health là đơn vị chuyên sâu về chăm sóc sức khỏe nam giới, được xây dựng với triết lý: nam giới cần một không gian y khoa kín đáo, đúng chuyên khoa, tôn trọng và toàn diện. Trung tâm tiếp nhận các vấn đề thường gặp nhưng nhạy cảm như rối loạn cương, xuất tinh sớm, giảm ham muốn, testosterone thấp, mãn dục nam, bệnh lý bao quy đầu - dương vật - tinh hoàn, đau vùng chậu, bệnh lây truyền qua đường tình dục, vô sinh nam và sức khỏe sinh sản.

Điểm khác biệt của Men's Health là cách tiếp cận không tách rời cơ thể nam giới thành từng mảnh nhỏ. Một người bệnh đau bìu có thể đồng thời lo lắng về ung thư, khả năng sinh sản và đời sống tình dục; một người có tinh dịch đồ bất thường có thể liên quan đến giãn tĩnh mạch thừng tinh, nội tiết, viêm nhiễm, lối sống hoặc bệnh lý toàn thân. Vì vậy, trung tâm chú trọng đánh giá từ triệu chứng, thăm khám lâm sàng, xét nghiệm, siêu âm, nội tiết, tinh dịch đồ đến tư vấn tâm lý - lối sống khi cần.

Men's Health hướng đến mô hình chăm sóc nam giới liên tục, bao gồm phòng bệnh, tầm soát, điều trị nội khoa, thủ thuật, phẫu thuật nam khoa và theo dõi sau điều trị. Trung tâm hoạt động từ 08:00 - 20:00 tất cả các ngày trong tuần, bao gồm Lễ, giúp người bệnh dễ sắp xếp thời gian thăm khám ngoài giờ hành chính. Với định hướng chuyên sâu, thân thiện và chuẩn hóa trải nghiệm, Men's Health từng bước trở thành địa chỉ quen thuộc cho nam giới cần được lắng nghe, chẩn đoán đúng và điều trị đúng trong những vấn đề vốn khó nói. Các giải thưởng và ghi nhận thương hiệu trong những năm gần đây là động lực để hệ thống tiếp tục phát triển dịch vụ y khoa an toàn, kín đáo và lấy người bệnh làm trung tâm.

Trụ sở chính: **7B/31 Thành Thái, Phường Diên Hồng, TP.HCM**

Hotline: **0902 353 353**,

Giờ làm việc: **08:00–20:00, thứ Hai đến Chủ nhật, hoạt động cả dịp Lễ**



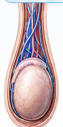

Đại cương về giãn tĩnh mạch thường tinh

Giãn tĩnh mạch thường tinh

Giãn, xoắn ngoằn hệ tĩnh mạch thường tinh, thường gặp bên trái.

- 1. Tĩnh mạch giãn**
Các tĩnh mạch trong đám rối thường tinh giãn to, ngoằn ngoèo, kém hiệu quả dẫn lưu máu.
- 2. Ứ máu – tăng nhiệt độ**
Máu ứ đọng làm tăng nhiệt độ tinh hoàn, tạo môi trường bất lợi cho quá trình sinh tinh.
- 3. Ảnh hưởng tinh hoàn & tinh trùng**
Có thể làm giảm chất lượng tinh dịch, giảm số lượng, khả năng di động và tỷ lệ tinh trùng bình thường.

SO SÁNH HỆ TĨNH MẠCH THƯỜNG TINH

BÌNH THƯỜNG	GIÃN TĨNH MẠCH THƯỜNG TINH
 <ul style="list-style-type: none">Tĩnh mạch nhỏ, dẫn lưu tốtDòng máu lưu thông dễ dàngNhiệt độ tinh hoàn ổn định	 <ul style="list-style-type: none">Tĩnh mạch giãn to, ngoằn ngoèoDòng máu ứ đọng, dẫn lưu kémTăng nhiệt độ tinh hoàn, ảnh hưởng sinh tinh

1. Giãn tĩnh mạch thường tinh là gì?

Giãn tĩnh mạch thường tinh là tình trạng các tĩnh mạch trong đám rối tĩnh mạch hình dây leo quanh tinh hoàn bị giãn, ngoằn ngoèo và ứ máu. Bệnh thường gặp ở bên trái do đặc điểm giải phẫu đường dẫn lưu tĩnh mạch tinh hoàn trái. Khi máu ứ lại quanh tinh hoàn, nhiệt độ tại bìu có thể tăng, môi trường sinh tinh bị ảnh hưởng, stress oxy hóa tăng và chức năng tế bào Leydig - Sertoli có thể suy giảm ở một số trường hợp. Vì vậy, giãn tĩnh mạch thường tinh không chỉ là một "búi mạch" ở bìu mà còn là bệnh lý có thể liên quan đến đau bìu, teo tinh hoàn, suy giảm chất lượng tinh trùng và vô sinh nam.



2. Vì sao bệnh thường được phát hiện khi đi khám vô sinh?

Nhiều nam giới bị giãn tĩnh mạch thường tinh nhưng không đau, không sưng rõ và vẫn sinh hoạt tình dục bình thường. Do đó, bệnh thường chỉ được phát hiện khi người bệnh đi khám vì chậm có con, tinh dịch đồ bất thường hoặc khám sức khỏe tiền hôn nhân. Đây là lý do giãn tĩnh mạch thường tinh được xem là một trong những nguyên nhân có thể điều trị được của vô sinh nam. Tuy nhiên, không phải cứ có giãn là phải mổ. Quyết định điều trị cần dựa vào khám lâm sàng, mức độ giãn, triệu chứng, thể tích tinh hoàn, tinh dịch đồ, tuổi và khả năng sinh sản của cả hai vợ chồng.

3. Cơ chế gây ảnh hưởng đến tinh hoàn và tinh trùng

Tinh hoàn cần môi trường mát hơn thân nhiệt để sinh tinh bình thường. Khi tĩnh mạch quanh tinh hoàn bị giãn và máu lưu thông kém, cơ chế tản nhiệt bị rối loạn. Sự tăng nhiệt tại bìu có thể làm giảm số lượng, độ di động và hình dạng bình thường của tinh trùng. Ngoài ra, ứ máu tĩnh mạch có thể làm tăng stress oxy hóa, gây tổn thương màng tinh trùng và DNA tinh trùng; ảnh hưởng đến quá trình trưởng thành của tế bào mầm; đồng thời làm thay đổi môi trường nội tiết tại tinh hoàn. Ở một số nam giới, giãn tĩnh mạch thường tinh kéo dài có thể liên quan đến giảm thể tích tinh hoàn hoặc giảm testosterone, dù mức độ ảnh hưởng rất khác nhau giữa từng người.

4. Dấu hiệu thường gặp

Dấu hiệu của giãn tĩnh mạch thường tinh rất đa dạng. Một số người không có triệu chứng. Một số khác cảm thấy nặng bìu, tức âm ỉ vùng tinh hoàn, đau tăng khi đứng lâu, vận động nhiều hoặc về cuối ngày; giảm khi nằm nghỉ. Người bệnh có thể sờ thấy búi tĩnh mạch ngoằn ngoèo phía trên tinh hoàn, đôi khi được mô tả giống "búi giun". Ở thanh thiếu niên, dấu hiệu cần chú ý là một bên tinh hoàn nhỏ hơn bên còn lại hoặc bìu lệch rõ. Ở nam giới trưởng thành, các gợi ý quan trọng là tinh dịch đồ bất thường, chậm có con, đau bìu kéo dài hoặc phát hiện giãn khi khám nam khoa.



5. Khi nào cần đi khám?

Nam giới nên đi khám khi có đau tức bùi kéo dài, bùi nặng, sờ thấy búi mạch bất thường, tinh hoàn nhỏ dần, chậm có con sau 12 tháng quan hệ đều không tránh thai, hoặc sớm hơn nếu vợ trên 35 tuổi. Người từng có tinh dịch đồ bất thường, từng thất bại hỗ trợ sinh sản hoặc chuẩn bị làm IVF/ICSI cũng nên được đánh giá nam khoa để không bỏ sót nguyên nhân có thể can thiệp. Khám đúng chuyên khoa giúp phân biệt giãn tĩnh mạch thường tinh với viêm mào tinh hoàn, nang mào tinh, thoát vị bẹn, tràn dịch tinh mạc, xoắn tinh hoàn bán cấp, u tinh hoàn hoặc đau vùng chậu mạn tính.

6. Chẩn đoán như thế nào?

Chẩn đoán bắt đầu bằng hỏi bệnh và khám bùi ở tư thế đứng, có thể kết hợp nghiệm pháp Valsalva. Bác sĩ đánh giá bên bị giãn, mức độ giãn, kích thước tinh hoàn, điểm đau và các bất thường đi kèm. Siêu âm Doppler bùi được dùng khi cần xác nhận, đánh giá đường kính tĩnh mạch, dòng trào ngược, thể tích tinh hoàn và loại trừ bệnh lý khác. Tinh dịch đồ là xét nghiệm quan trọng ở nam giới quan tâm sinh sản; thường cần làm đúng quy trình và có thể lặp lại vì kết quả dao động. Một số trường hợp cần xét nghiệm nội tiết như FSH, LH, testosterone, prolactin hoặc xét nghiệm di truyền nếu tinh trùng rất ít hoặc vô tinh.

7. Phân độ và ý nghĩa lâm sàng

Giãn tĩnh mạch thường tinh lâm sàng thường được phân thành độ I, II, III tùy mức độ sờ hoặc nhìn thấy khi khám. Độ càng cao không đồng nghĩa chắc chắn vô sinh, nhưng gợi ý mức độ giãn rõ hơn. Giãn dưới lâm sàng là trường hợp chỉ thấy trên siêu âm, không sờ thấy khi khám. Các hướng dẫn hiện nay thường không khuyến cáo điều trị giãn dưới lâm sàng chỉ vì phát hiện trên siêu âm, đặc biệt khi không có triệu chứng và tinh dịch đồ bình thường. Điều quan trọng là bệnh có gây đau, teo tinh hoàn, bất thường tinh dịch hoặc ảnh hưởng mục tiêu sinh sản hay không.



8. Điều trị nội khoa, theo dõi hay phẫu thuật?

Không phải mọi trường hợp đều cần phẫu thuật. Nếu giãn nhẹ, không đau, tinh hoàn bình thường và chưa có nhu cầu sinh sản, bác sĩ có thể theo dõi định kỳ. Nếu đau nhẹ, người bệnh có thể được hướng dẫn nâng đỡ bìu, giảm đứng lâu, điều chỉnh vận động, dùng thuốc giảm đau phù hợp và theo dõi đáp ứng. Phẫu thuật hoặc can thiệp được cân nhắc khi có giãn tĩnh mạch thừng tinh lâm sàng kèm vô sinh và tinh dịch đồ bất thường; đau dai dẳng không đáp ứng điều trị bảo tồn; giảm thể tích tinh hoàn ở thanh thiếu niên; hoặc cần tối ưu điều kiện sinh sản ở một số trường hợp đã được đánh giá toàn diện.

9. Các phương pháp điều trị

Các phương pháp gồm vi phẫu thắt tĩnh mạch thừng tinh, phẫu thuật nội soi, phẫu thuật ngả bên hoặc sau phúc mạc, và thuyên tắc mạch qua da trong một số trung tâm có điều kiện. Trong đó, vi phẫu thắt tĩnh mạch thừng tinh dưới kính hiển vi được nhiều chuyên gia ưu tiên vì giúp nhận diện và bảo tồn động mạch tinh hoàn, mạch bạch huyết, ống dẫn tinh, đồng thời thắt chính xác các tĩnh mạch giãn. Kỹ thuật tốt giúp giảm nguy cơ tái phát, tràn dịch tinh mạc và tổn thương cấu trúc quan trọng. Tuy nhiên, lựa chọn phương pháp còn tùy kinh nghiệm phẫu thuật viên, trang thiết bị, đặc điểm bệnh nhân và điều kiện cơ sở điều trị.

10. Sau điều trị cần theo dõi gì?

Sau mổ, đau bìu thường cải thiện dần nhưng không phải lúc nào hết ngay. Người bệnh cần tuân thủ hướng dẫn chăm sóc vết mổ, nghỉ ngơi, tránh vận động mạnh và tái khám đúng hẹn. Với mục tiêu sinh sản, tinh dịch đồ thường được kiểm tra lại sau khoảng 3 tháng vì một chu kỳ sinh tinh cần thời gian. Sự cải thiện có thể tiếp tục trong 6-12 tháng. Nếu tinh dịch đồ vẫn rất kém, bác sĩ cần đánh giá thêm nội tiết, di truyền, viêm nhiễm, lối sống, nghề nghiệp, nhiệt độ, thuốc đang dùng và yếu tố từ người vợ. Điều trị giãn tĩnh mạch thừng tinh là một phần



trong chiến lược sinh sản tổng thể, không phải “bảo đảm có con” cho mọi trường hợp.

11. Những hiểu lầm thường gặp

Hiểu lầm thứ nhất là cứ phát hiện giãn trên siêu âm là phải mổ. Thực tế, quyết định điều trị cần dựa vào giãn lâm sàng, triệu chứng và mục tiêu sinh sản. Hiểu lầm thứ hai là mổ xong tinh trùng sẽ tốt ngay. Thực tế, tinh trùng cần nhiều tháng để cải thiện và không phải ai cũng đáp ứng giống nhau. Hiểu lầm thứ ba là giãn tĩnh mạch thừng tinh chỉ ảnh hưởng sinh sản, không liên quan đau. Thực tế, bệnh có thể gây đau âm ỉ, nặng bìu và ảnh hưởng chất lượng sống. Hiểu lầm thứ tư là chỉ cần uống thuốc bổ tinh trùng là đủ. Thuốc hỗ trợ có thể có vai trò trong một số trường hợp, nhưng không thay thế đánh giá nguyên nhân và chỉ định điều trị đúng.

12. Thông điệp thực hành

Giãn tĩnh mạch thừng tinh là bệnh lý thường gặp, có thể không triệu chứng nhưng cũng có thể liên quan đến đau bìu, teo tinh hoàn và vô sinh nam. Người bệnh không nên hoảng sợ khi siêu âm ghi nhận giãn, nhưng cũng không nên chủ quan nếu có đau kéo dài, tinh hoàn nhỏ, tinh dịch đồ bất thường hoặc chậm có con. Khám Nam khoa - Vô sinh nam đúng chuyên khoa giúp xác định bệnh có ý nghĩa lâm sàng hay không, có cần điều trị hay chỉ theo dõi, và nếu điều trị thì chọn phương pháp phù hợp nhất với mục tiêu sức khỏe và sinh sản của từng người.



Câu hỏi thường gặp về giãn tĩnh mạch thường tinh

A. Nhận biết và triệu chứng

1. Giãn tĩnh mạch thường tinh là bệnh gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, là tình trạng các tĩnh mạch quanh tinh hoàn bị giãn và ứ máu, có thể gây đau bìu, teo tinh hoàn hoặc ảnh hưởng tinh trùng.

2. Bệnh này có thường gặp không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đây là bệnh khá thường gặp ở nam giới, đặc biệt ở nhóm đi khám vô sinh nam hoặc đau bìu kéo dài.

3. Giãn tĩnh mạch thường tinh thường ở bên nào?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bệnh thường gặp bên trái hơn do đặc điểm giải phẫu đường dẫn lưu tĩnh mạch tinh hoàn trái.

4. Giãn hai bên có nguy hiểm hơn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, giãn hai bên cần được đánh giá kỹ hơn vì có thể ảnh hưởng rộng hơn đến chức năng tinh hoàn và tinh dịch đồ.

5. Dấu hiệu điển hình là gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, dấu hiệu thường gặp là nặng bìu, đau tức âm ỉ, đau tăng khi đứng lâu và có thể sờ thấy búi mạch ngoằn ngoèo.

6. Có phải ai bị giãn cũng đau không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không phải ai cũng đau; nhiều người chỉ phát hiện khi khám vô sinh hoặc siêu âm bìu.

7. Đau do giãn tĩnh mạch thường tinh thường như thế nào?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đau thường âm ỉ, cảm giác nặng hoặc tức bìu, tăng về cuối ngày và giảm khi nằm nghỉ.



8. Sờ thấy “búi giun” ở bìu có phải giãn tĩnh mạch thường tinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đó là dấu hiệu gợi ý, nhưng vẫn cần bác sĩ khám để xác định và loại trừ bệnh khác.

9. Bìu xệ có phải do giãn tĩnh mạch thường tinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bìu xệ có thể do nhiều nguyên nhân; nếu kèm nặng bìu hoặc búi mạch thì nên khám nam khoa.

10. Giãn tĩnh mạch thường tinh có làm tinh hoàn nhỏ đi không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể, nhất là ở thanh thiếu niên hoặc trường hợp kéo dài có ảnh hưởng chức năng tinh hoàn.

11. Có phải giãn tĩnh mạch thường tinh là ung thư không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không phải ung thư, nhưng mọi khối bất thường ở bìu vẫn cần khám để phân biệt với u tinh hoàn.

12. Bệnh có tự hết không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, giãn tĩnh mạch thường tinh thường không tự hết hoàn toàn; một số trường hợp chỉ cần theo dõi nếu không có ảnh hưởng lâm sàng.

13. Tập gym có làm bệnh nặng hơn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, gắng sức nặng có thể làm tăng cảm giác tức bìu ở một số người; cần điều chỉnh bài tập nếu đau.

14. Đứng lâu có ảnh hưởng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đứng lâu thường làm triệu chứng nặng hơn do máu ứ nhiều hơn ở vùng bìu.

15. Bệnh có liên quan tuổi tác không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bệnh thường xuất hiện từ tuổi dậy thì và có thể được phát hiện ở tuổi trưởng thành khi khám sinh sản.



B. Nguyên nhân và cơ chế

16. Vì sao tĩnh mạch quanh tinh hoàn bị giãn?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nguyên nhân thường liên quan đến van tĩnh mạch hoạt động kém và dòng máu trào ngược làm tĩnh mạch giãn.

17. Vì sao bên trái dễ bị hơn?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, tĩnh mạch tinh hoàn trái đổ vào tĩnh mạch thận trái theo góc giải phẫu đặc biệt nên dễ tăng áp lực hơn.

18. Bệnh có di truyền không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, chưa thể xem là bệnh di truyền đơn giản, nhưng yếu tố cấu trúc mạch máu và mô liên kết có thể góp phần.

19. Giãn tĩnh mạch thừng tinh làm tinh trùng xấu bằng cách nào?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bệnh có thể làm tăng nhiệt độ tinh hoàn, tăng stress oxy hóa và rối loạn môi trường sinh tinh.

20. Tăng nhiệt độ bìu có thật sự quan trọng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, rất quan trọng vì tinh hoàn cần nhiệt độ thấp hơn thân nhiệt để sinh tinh hiệu quả.

21. Stress oxy hóa là gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, là tình trạng gốc tự do tăng quá mức, có thể làm tổn thương màng và DNA tinh trùng.

22. Bệnh có làm giảm testosterone không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, một số trường hợp có thể liên quan giảm chức năng tế bào Leydig và testosterone, nhưng cần xét nghiệm để đánh giá.



23. Giãn tĩnh mạch thường tinh có gây rối loạn cương không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bệnh không phải nguyên nhân trực tiếp thường gặp của rối loạn cương, nhưng đau, lo âu và testosterone thấp có thể ảnh hưởng gián tiếp.

24. Có liên quan đến viêm nhiễm không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, giãn tĩnh mạch thường tinh không phải viêm nhiễm, nhưng đau bìu có thể do viêm nên cần phân biệt.

25. Có liên quan đến thận không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đa số không nguy hiểm đến thận, nhưng giãn đột ngột, bên phải đơn độc hoặc ở người lớn tuổi cần đánh giá kỹ.

26. Giãn tĩnh mạch thường tinh bên phải có đáng lo không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, giãn bên phải đơn độc ít gặp hơn và nên được bác sĩ đánh giá để loại trừ nguyên nhân chèn ép.

27. Quan hệ tình dục có làm bệnh nặng hơn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, quan hệ không phải nguyên nhân chính làm bệnh nặng, nhưng nếu đau sau quan hệ cần khám.

28. Thủ dâm có gây giãn tĩnh mạch thường tinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thủ dâm không gây giãn tĩnh mạch thường tinh.

29. Ngồi nhiều có gây bệnh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, ngồi nhiều không phải nguyên nhân trực tiếp, nhưng có thể làm nặng cảm giác khó chịu vùng bìu ở một số người.

30. Béo phì có liên quan không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, béo phì không phải nguyên nhân duy nhất nhưng có thể làm nặng sức khỏe sinh sản và cần được kiểm soát.



C. Chẩn đoán và xét nghiệm

31. Khám giãn tĩnh mạch thường tinh cần khám gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bác sĩ cần hỏi bệnh, khám bìu ở tư thế đứng, đánh giá tinh hoàn và có thể chỉ định siêu âm Doppler.

32. Siêu âm Doppler có cần thiết không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần khi khám chưa rõ, cần đánh giá dòng trào ngược, thể tích tinh hoàn hoặc loại trừ bệnh khác.

33. Chỉ siêu âm thấy giãn nhưng bác sĩ không sờ thấy thì sao?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đó có thể là giãn dưới lâm sàng; thường không mổ chỉ vì phát hiện này nếu không có chỉ định khác.

34. Tinh dịch đồ có bắt buộc không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, rất nên làm nếu người bệnh quan tâm sinh sản, chậm có con hoặc chuẩn bị điều trị hiếm muộn.

35. Một lần tinh dịch đồ xấu có đủ kết luận không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, chưa đủ trong nhiều trường hợp vì tinh dịch đồ dao động; bác sĩ có thể yêu cầu lặp lại.

36. Cần kiêng xuất tinh bao lâu trước tinh dịch đồ?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thường kiêng khoảng 2-7 ngày theo hướng dẫn phòng xét nghiệm để kết quả có giá trị.

37. Có cần xét nghiệm nội tiết không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần khi tinh trùng rất ít, vô tinh, tinh hoàn nhỏ, giảm ham muốn hoặc nghi rối loạn hormone.

38. Có cần chụp MRI hay CT không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đa số không cần; chỉ cần nhắc khi có dấu hiệu bất thường như giãn bên phải đột ngột hoặc nghi khối chèn ép.

39. Bác sĩ phân độ bệnh như thế nào?



Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, phân độ dựa trên khám lâm sàng: chỉ sờ khi rặn, sờ rõ khi đứng, hoặc nhìn thấy búi mạch.

40. Đường kính tĩnh mạch bao nhiêu là giãn?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, ngưỡng siêu âm có thể khác nhau giữa cơ sở, nên phải kết hợp dòng trào ngược và khám lâm sàng.

41. Có cần khám cả hai vợ chồng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có, vì quyết định sinh sản cần đánh giá cả nam và nữ để chọn lộ trình hiệu quả.

42. Đau bìu có phải lúc nào cũng do giãn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không; đau bìu còn có thể do viêm, xoắn, nang, thoát vị, đau thần kinh hoặc đau vùng chậu.

43. Có cần kiểm tra DNA tinh trùng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể cân nhắc trong một số trường hợp vô sinh, sảy thai liên tiếp hoặc thất bại hỗ trợ sinh sản.

44. Có cần xét nghiệm nhiễm trùng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần nếu có tiểu buốt, đau khi xuất tinh, tinh dịch bất thường, bạch cầu trong tinh dịch hoặc nguy cơ STI.

45. Khám có đau không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, khám bìu thường nhanh, không đau nhiều và giúp bác sĩ xác định bệnh có ý nghĩa lâm sàng không.



D. Điều trị và phẫu thuật

46. Khi nào cần điều trị?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần điều trị khi bệnh gây đau dai dẳng, teo tinh hoàn, vô sinh kèm tinh dịch đồ bất thường hoặc ảnh hưởng mục tiêu sinh sản.

47. Khi nào chưa cần mổ?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, chưa cần mổ nếu giãn nhẹ, không đau, tinh hoàn bình thường, tinh dịch đồ bình thường và chưa có chỉ định sinh sản.

48. Uống thuốc có hết giãn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thuốc không làm tĩnh mạch giãn biến mất, nhưng có thể hỗ trợ giảm đau hoặc cải thiện yếu tố oxy hóa trong một số trường hợp.

49. Thuốc bổ tinh trùng có thay thế phẫu thuật không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không thay thế nếu đã có chỉ định phẫu thuật rõ ràng.

50. Vi phẫu thắt tĩnh mạch thường tinh là gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, là phẫu thuật dùng kính hiển vi để thắt tĩnh mạch giãn, đồng thời bảo tồn động mạch, bạch mạch và ống dẫn tinh.

51. Vì sao vi phẫu được ưu tiên?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, vi phẫu giúp nhận diện cấu trúc nhỏ tốt hơn, giảm nguy cơ tái phát và tràn dịch tinh mạch khi được thực hiện đúng kỹ thuật.

52. Mổ nội soi có được không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể trong một số trường hợp, nhưng lựa chọn phương pháp tùy bệnh nhân, bác sĩ và cơ sở điều trị.



53. Thuyên tắc mạch là gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, là can thiệp qua đường mạch máu để làm tắc tĩnh mạch giãn, thường cần ekip can thiệp mạch phù hợp.

54. Mổ có đau không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, phẫu thuật thường được gây mê hoặc gây tê phù hợp nên không đau trong mổ; sau mổ có thể đau nhẹ vài ngày.

55. Mổ có phải nằm viện lâu không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nhiều trường hợp có thể về trong ngày hoặc sau thời gian theo dõi ngắn, tùy cơ sở và tình trạng bệnh.

56. Sau mổ bao lâu đi làm được?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, công việc nhẹ có thể trở lại sau vài ngày, nhưng cần tránh vận động mạnh theo hướng dẫn bác sĩ.

57. Sau mổ bao lâu tập thể thao?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thường cần tránh tập nặng vài tuần; thời điểm cụ thể tùy kỹ thuật mổ và quá trình hồi phục.

58. Sau mổ bao lâu quan hệ lại?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thường có thể quan hệ lại sau khi hết đau và vết mổ ổn, theo hướng dẫn của bác sĩ điều trị.

59. Mổ có để lại sẹo lớn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, vì phẫu thuật có đường mổ nhỏ vùng bẹn hoặc dưới bẹn, sẹo thường kín đáo.

60. Mổ có làm mất khả năng sinh sản không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, mục tiêu là bảo tồn và cải thiện chức năng tinh hoàn; nguy cơ biến chứng thấp khi phẫu thuật đúng kỹ thuật.



E. Sinh sản và tinh dịch đờ

61. Giảm tinh mạch thường tinh có gây vô sinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể gây hoặc góp phần gây vô sinh nam, nhưng không phải mọi người bị giãn đều vô sinh.

62. Tinh dịch đờ thường bị ảnh hưởng thế nào?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể giảm số lượng tinh trùng, giảm độ di động, tăng tinh trùng dị dạng hoặc tăng tổn thương DNA tinh trùng.

63. Mổ xong tinh trùng có cải thiện không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nhiều người cải thiện, nhưng mức độ phụ thuộc tuổi, thời gian bệnh, mức độ tổn thương tinh hoàn và nguyên nhân phối hợp.

64. Bao lâu sau mổ tinh dịch đờ cải thiện?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thường đánh giá sau khoảng 3 tháng và có thể tiếp tục cải thiện trong 6-12 tháng.

65. Mổ có chắc chắn có con tự nhiên không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không chắc chắn, nhưng có thể tăng cơ hội ở nhóm được chỉ định đúng.

66. Nếu vợ lớn tuổi có nên chờ sau mổ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần cân nhắc thời gian sinh sản của cả hai vợ chồng, đôi khi phải phối hợp với hỗ trợ sinh sản.

67. Đang chuẩn bị IVF có nên khám giảm tinh mạch thường tinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên khám nam khoa để tối ưu yếu tố nam trước hoặc song song với hỗ trợ sinh sản.

68. Giảm tinh mạch thường tinh có gây vô tinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, hiếm hơn nhưng có thể gặp trong bối cảnh tinh hoàn suy nặng hoặc có nguyên nhân phối hợp.



69. Nam giới tinh trùng rất ít có nên mổ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần đánh giá kỹ nội tiết, di truyền, thể tích tinh hoàn và mục tiêu sinh sản trước khi quyết định.

70. Mổ có giúp giảm phân mảnh DNA tinh trùng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể cải thiện ở một số trường hợp, nhưng cần chỉ định xét nghiệm và theo dõi phù hợp.

71. Có cần đông tinh trùng trước mổ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể cân nhắc nếu tinh trùng rất ít, kế hoạch sinh sản gấp hoặc nguy cơ suy giảm nặng.

72. Tinh dịch đồ bình thường có cần mổ để phòng vô sinh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thường không mổ chỉ để phòng ngừa nếu không đau, không teo tinh hoàn và không có chỉ định khác.

73. Thanh thiếu niên bị giãn có ảnh hưởng sinh sản sau này không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể nếu làm tinh hoàn bên bệnh nhỏ hơn; cần theo dõi thể tích tinh hoàn và khám định kỳ.

74. Sau mổ có cần uống thuốc hỗ trợ tinh trùng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể được kê trong một số trường hợp, nhưng phải dựa trên đánh giá của bác sĩ.

75. Lối sống có ảnh hưởng kết quả tinh dịch đồ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có; ngủ đủ, bỏ thuốc lá, hạn chế rượu, kiểm soát cân nặng và tránh nhiệt vùng bìu đều quan trọng.



F. Biến chứng, tái phát và chăm sóc sau mổ

76. Mổ giãn tĩnh mạch thường tinh có biến chứng gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, biến chứng có thể gồm đau, bầm, nhiễm trùng vết mổ, tràn dịch tinh mạch, tái phát hoặc rất hiếm tổn thương động mạch tinh hoàn.

77. Tái phát có thường gặp không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, tái phát thấp hơn khi phẫu thuật được thực hiện đúng kỹ thuật, đặc biệt với vi phẫu.

78. Tràn dịch tinh mạch sau mổ là gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, là tình trạng dịch tích tụ quanh tinh hoàn, có thể liên quan tổn thương hoặc tắc mạch bạch huyết.

79. Sau mổ bìu còn đau có bình thường không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đau nhẹ trong thời gian đầu có thể bình thường, nhưng đau tăng, sưng đỏ hoặc sốt cần tái khám.

80. Sau mổ thấy bìu bầm tím có sao không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bầm nhẹ có thể gặp, nhưng bầm lan nhanh hoặc đau nhiều cần được kiểm tra.

81. Sau mổ có cần mặc quần nâng bìu không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, thường nên nâng đỡ bìu trong giai đoạn đầu để giảm đau và khó chịu.

82. Có cần kiêng tắm không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần giữ vết mổ khô sạch theo hướng dẫn; cách tắm tùy loại băng và chỉ khâu.

83. Khi nào cần tái khám ngay sau mổ?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần tái khám ngay nếu sốt, vết mổ đỏ mủ, đau tăng, bìu sưng nhanh hoặc chảy máu.



84. Sau mổ có cần siêu âm lại không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể cần nếu còn đau, nghi tái phát, tràn dịch hoặc bác sĩ muốn đánh giá kết quả.

85. Mổ một bên có làm bên kia bị giãn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, mổ một bên không gây giãn bên kia, nhưng bên còn lại có thể đã có giãn nhẹ cần theo dõi.

86. Có phải mổ càng sớm càng tốt không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không phải lúc nào; mổ đúng chỉ định quan trọng hơn mổ vội.

87. Nếu đau không hết sau mổ thì sao?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần tìm nguyên nhân khác như đau thần kinh, viêm, đau vùng chậu hoặc bệnh lý cột sống - bẹn.

88. Sau mổ có cần nghỉ quan hệ lâu không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, cần nghỉ cho đến khi vết mổ ổn và hết đau; nên hỏi bác sĩ ở lần tái khám.

89. Có thể lái xe sau mổ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên tránh lái xe ngay sau gây mê và khi còn đau; quay lại khi tỉnh táo, vận động thoải mái.

90. Có cần dùng kháng sinh sau mổ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, tùy chỉ định bác sĩ, không nên tự mua hoặc kéo dài kháng sinh.



G. Lối sống và phòng ngừa

91. Có cách nào phòng bệnh không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không có cách phòng tuyệt đối, nhưng có thể giảm yếu tố làm nặng bằng lối sống lành mạnh và khám sớm khi có dấu hiệu.

92. Mặc quần lót chật có gây giãn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không phải nguyên nhân chính, nhưng quần quá chật có thể làm tăng khó chịu và nhiệt vùng bìu.

93. Xô hơi nhiều có ảnh hưởng tinh trùng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nhiệt cao kéo dài có thể ảnh hưởng sinh tinh, đặc biệt ở người đã có vấn đề tinh hoàn.

94. Đạp xe nhiều có làm bệnh nặng hơn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đạp xe lâu có thể tăng đau vùng bìu ở một số người; cần điều chỉnh yên và thời lượng.

95. Có nên chườm lạnh khi đau không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể giúp giảm khó chịu tạm thời, nhưng không thay thế thăm khám nếu đau kéo dài.

96. Ăn gì để cải thiện tinh trùng?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên ăn cân bằng, giàu rau quả, đạm tốt, omega-3, kẽm, folate và hạn chế rượu, thuốc lá.

97. Thuốc lá có ảnh hưởng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có; thuốc lá làm tăng stress oxy hóa và có thể làm xấu chất lượng tinh trùng.

98. Rượu bia có ảnh hưởng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, uống nhiều rượu bia có thể ảnh hưởng nội tiết, gan, giấc ngủ và sức khỏe sinh sản.

99. Thức khuya có ảnh hưởng tinh trùng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, có thể ảnh hưởng hormone, chuyển hóa và chất lượng tinh trùng nếu kéo dài.



100. Có nên tự uống testosterone để cải thiện sinh sản không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không nên; testosterone ngoại sinh có thể làm giảm hoặc ngưng sinh tinh.

101. Có nên uống thực phẩm chức năng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, chỉ nên dùng khi có tư vấn, vì thực phẩm chức năng không thay thế chẩn đoán và điều trị nguyên nhân.

102. Căng thẳng có làm bệnh nặng hơn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, căng thẳng không gây giãn trực tiếp nhưng có thể làm tăng cảm nhận đau và ảnh hưởng sức khỏe sinh sản.

103. Có cần tránh nâng vật nặng không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nếu nâng nặng làm đau tăng thì nên giảm cường độ và trao đổi với bác sĩ.

104. Ngủ đủ có giúp tinh trùng tốt hơn không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, ngủ đủ hỗ trợ nội tiết và chuyển hóa, góp phần cải thiện sức khỏe sinh sản tổng thể.

105. Có nên khám định kỳ sau khi phát hiện giãn nhẹ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên, đặc biệt nếu còn trẻ, đang theo dõi thể tích tinh hoàn hoặc chuẩn bị có con.



H. Khám ở đâu và quyết định điều trị

106. Nam giới nghi giãn tĩnh mạch thừng tinh nên khám chuyên khoa nào?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên khám Nam khoa - Vô sinh nam để được đánh giá cả đau bìu, tinh hoàn và khả năng sinh sản.

107. Vì sao không nên chỉ dựa vào siêu âm?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, vì quyết định điều trị cần kết hợp triệu chứng, khám lâm sàng, tinh dịch đồ và mục tiêu sinh sản.

108. Khi nào nên khám sớm trong vòng vài ngày?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên khám sớm nếu đau bìu tăng, sưng đỏ, sốt, buồn nôn hoặc nghi xoắn tinh hoàn.

109. Khám có cần đi cùng vợ không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên đi cùng nếu mục tiêu là có con, vì bác sĩ cần hiểu tình trạng sinh sản của cả hai.

110. Cần mang gì khi đi khám?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên mang kết quả tinh dịch đồ, siêu âm, xét nghiệm nội tiết, hồ sơ hiếm muộn và thuốc đang dùng.

111. Có nên mổ ở nơi không chuyên nam khoa không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, nên chọn nơi có kinh nghiệm nam khoa - vi phẫu để giảm nguy cơ bỏ sót nguyên nhân và biến chứng.

112. Bác sĩ sẽ tư vấn những gì trước mổ?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, bác sĩ cần giải thích chỉ định, lợi ích, giới hạn, biến chứng, thời gian hồi phục và kế hoạch theo dõi tinh dịch đồ.

113. Có nên trì hoãn khám vì ngại không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, không nên, vì khám sớm giúp giảm lo lắng và phát hiện những nguyên nhân có thể điều trị.

114. Men's Health có phù hợp để khám bệnh này không?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, Men's Health là hệ thống chuyên sâu sức khỏe nam giới, phù hợp để đánh giá nam khoa, đau bìu và vô sinh nam.

115. Thông điệp quan trọng nhất là gì?

Trả lời: Theo TS.BS.CK2 Trà Anh Duy, đừng bỏ chỉ vì một dòng siêu âm, nhưng cũng đừng bỏ qua giãn tĩnh mạch thừng tinh khi có đau, teo tinh hoàn hoặc chậm có con.



Kết luận

Giãn tĩnh mạch thường tinh là bệnh lý nam khoa thường gặp, có thể âm thầm nhưng cũng có thể ảnh hưởng rõ đến đau bìu, thể tích tinh hoàn và chất lượng tinh trùng. Điểm quan trọng nhất là không đánh đồng mọi trường hợp giãn với bệnh cần mổ, đồng thời cũng không xem nhẹ bệnh ở nam giới chậm có con, tinh dịch đồ bất thường hoặc đau kéo dài.

Khám đúng chuyên khoa giúp trả lời ba câu hỏi thực tế: bệnh có thật sự có ý nghĩa lâm sàng không, có liên quan đến triệu chứng hoặc vô sinh không, và phương án điều trị nào phù hợp nhất. Khi được đánh giá đầy đủ và điều trị đúng chỉ định, nhiều trường hợp có thể giảm đau, cải thiện môi trường sinh tinh và tối ưu cơ hội sinh sản.

Cẩm nang này không thay thế thăm khám trực tiếp. Nam giới có đau bìu cấp, sưng đỏ, sốt, buồn nôn, tinh hoàn nằm cao bất thường hoặc đau dữ dội cần đi khám cấp cứu để loại trừ xoắn tinh hoàn và các bệnh lý nguy hiểm khác.



**MEN'S
HEALTH**
BE STRONGER

Tài liệu tham khảo

1. European Association of Urology. EAU Guidelines on Sexual and Reproductive Health. 2026.
2. American Urological Association and American Society for Reproductive Medicine. Diagnosis and Treatment of Infertility in Men: AUA/ASRM Guideline, amended 2024.
3. Brannigan RE và cộng sự. Updates to Male Infertility: AUA/ASRM Guideline. The Journal of Urology. 2024.
4. Minhas S và cộng sự. European Association of Urology Guidelines on Male Sexual and Reproductive Health: 2025 update on male infertility. European Urology. 2025.
5. Kim DK và cộng sự. Recent Guidelines and Perspectives for Varicocele. World Journal of Men's Health. 2025.
6. Çayan S và cộng sự. Global Andrology Forum Clinical Guidelines on Varicocele. 2025.
7. World Health Organization. WHO Laboratory Manual for the Examination and Processing of Human Semen, 6th edition. 2021.
8. Practice Committee of the American Society for Reproductive Medicine. Report on varicocele and infertility: clinical context and practice considerations.
9. Schlegel PN và cộng sự. Evaluation of the azoospermic male and male factor infertility. Contemporary clinical reviews.
10. Agarwal A và cộng sự. Oxidative stress, varicocele and male infertility: clinical implications.



**MEN'S
HEALTH**
BE STRONGER



BANANA
PHẢI MẠNH LÀ PHẢI MẠNH