

1000 ngày đầu đời

« *Nơi tất cả được bắt đầu ...* »

**Chương trình quốc gia về sự phát triển toàn diện của trẻ nhỏ
(Pháp, 2022)**



Mở đầu

« Các mức độ can thiệp sớm, ngay cả những can thiệp nhỏ, cũng đều tỷ lệ thuận với hiệu quả của chúng »

Ủy ban “1000 ngày đầu đời”



Trong 25 năm qua, các hoạt động chăm sóc sức khỏe chu sinh ở hầu hết các quốc gia đều đạt được những tiến bộ đáng kể

Những đóng góp của “kỹ thuật” y học

Các dịch vụ chăm sóc
Kỹ năng chuyên môn
Các phương pháp điều trị...



Những tác động của môi trường ảnh hưởng đến sự trưởng thành toàn diện của trẻ nhỏ

Thế chất
Yêu tố hóa học
Tâm lý
Xã hội ...



Những tác động của môi trường ảnh hưởng đến sự trưởng thành toàn diện của trẻ nhỏ

Từ lúc mang thai

Những hậu quả của cơ thể bị biến dạng

Một số trẻ dậy thì muộn, đôi khi kéo dài đến tuổi trưởng thành

Ảnh hưởng đến khả năng phát triển thần kinh

Nhiều khi rất nặng nề và không thể thay đổi



1

“1.000 ngày đầu đời”: Vì sao?



“1000 ngày đầu đời”

=

9 tháng (thai kỳ) + hai năm đầu tiên

(Từ thời kỳ trước khi thụ thai cho đến khi trẻ được 3 tuổi?)

“1.000 ngày đầu đời”: Vì sao?

« *Trẻ em không thể sống một mình* »

(Donald Winnicott, Bác sĩ Nhi khoa)



Nhưng phải chăng chính đứa bé cũng là người “làm” cha mẹ?

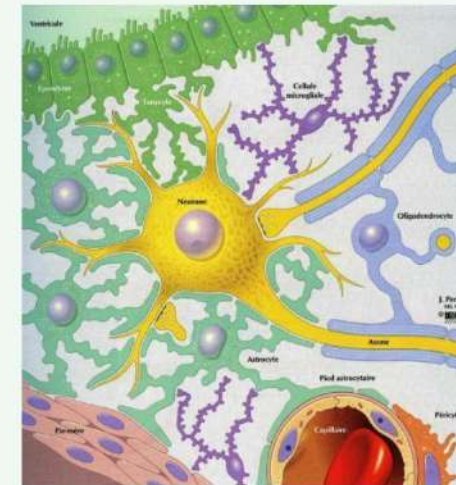


“1000 ngày đầu đời”

=

Thời kỳ “nhạy cảm” cơ bản cho việc hình thành các tế bào thần kinh

- Mỗi giây = 1000 kết nối khớp thần kinh
- Tính dẻo dai của não là tối ưu
- Tiến trình ổn định các khớp thần kinh đều rất hiệu quả



Những đóng góp của khoa học thần kinh + + +

1 “1.000 ngày đầu đời”: Vì sao?

“1.000 ngày đầu đời”

Suy dinh dưỡng sớm và mãn tính

=

Những bệnh lý xuất hiện ở tuổi trưởng thành

Ung thư, tiểu đường, béo phì ...



Trưởng thành = một tác động kép

*Từ những ngày đầu tiên trong lớp phôi thai,
đứa bé phát triển với một tác động kép*

Yếu tố di truyền

Một gia sản di truyền « **phổ biến** » = các gen được phân chia bởi tất cả « những con người tinh khôn »

Một con người nhỏ bé nhưng cũng là « duy nhất » = mỗi gene góp phần xác định đặc điểm riêng và phân biệt nó với tất cả các đồng dạng của mình.



Môi trường

Có vô số những tác động của các yếu tố vật lý, hóa học, giác quan và cảm xúc

- Thay đổi cấu trúc phân tử của các gen
- Điều chỉnh sự biểu hiện của các gen (di truyền biểu sinh).

Trưởng thành = một tác động kép

Trong suốt thai kỳ

Thai nhi phát triển trong mối tương quan thường xuyên với người mẹ: chế độ ăn, tình trạng căng thẳng, v.v. ...



Sau khi được sinh ra, và trong hai năm đầu đời

Những tác động chính của môi trường:

- Sự phát triển của các chức năng chính
- Cấu tạo của tế bào thần kinh

*Những ghi nhận có chất lượng về sự phát triển của hệ thần kinh và tâm thần – cảm xúc
 Hãy cẩn thận nếu ở trẻ xuất hiện các yếu tố dễ bị tổn thương*

Tổn thương chu sinh bao hàm tất cả các vấn đề liên quan đến "nguy cơ" ở trẻ sơ sinh biểu lộ những bất thường về sự phát triển của thần kinh-tâm lý-vận động (tâm – thần – vận động)

Vấn đề này bao gồm từ **4 đến 8 % trẻ mới sinh**

Sinh non

Ngạt chu sinh

Dị tật bẩm sinh

Bệnh lý di truyền

Môi trường bất lợi



Tất cả những tình huống đe dọa đến sự phát triển sau này của trẻ

Một nửa số khuyết tật trước 6 tuổi đều có liên quan đến những khó khăn trong thời kỳ chu sinh

(Cf. Expertise INSERM 2004 « Những khuyết tật có nguồn gốc chu sinh », EPIPAGE 1997-2002 và 2011-2023).

Tổn thương chu sinh

- Tổn thương ở trẻ
- Tổn thương ở các bậc phụ huynh
- Khả năng bị tổn thương của người chăm sóc
- Tình trạng tổn thương của xã hội



Tổn thương chu sinh

Lorient (GHBS – Liên viện Nam Bretagne)

Năm 2021

Số sinh = 2625

Số nhập khoa sơ sinh = 650

Trong đó mạng lưới giám sát « Tổn thương sơ sinh » = 61

Số sinh non = 42

Số sinh non = 32 - 37 tuần tuổi = 17

Số sinh non = 28 - 32 tuần tuổi = 17

Số sinh cực non (<28 tuần tuổi) = 14

Những bệnh lý khác (dị tật, di truyền, ngạt chu sinh ...) = 19

Số sinh có nguy cơ cao về vấn đề tâm lý – xã hội = 23

Số sinh được can thiệp sớm = 27

Các bệnh lý về cơ thể, bất thường về phát triển thần kinh, bệnh di truyền ...
vật lý trị liệu, tâm lý trị liệu, liệu pháp lao động, liệu pháp ngôn ngữ, chăm
sóc y tế, các nhà tâm lý học, ...



1000 ngày đầu đời

Vấn đề sức khỏe cộng đồng quan trọng đối với xã hội và các nhà quản lý

Một mục tiêu

=

Tạo môi trường thuận lợi cho sự phát triển hài hòa của tất cả trẻ

- Khuyến khích một môi trường có chất lượng
- Ngay từ khi mang thai
- Trong hai năm đầu đời



*Lưu ý đặc biệt đối với những gia đình bị tổn thương nhiều nhất (khả năng về sự bình đẳng)
Các biện pháp phòng ngừa cụ thể*

2

1000 ngày đầu đời ” Như thế nào?



2.1.

**Một chương trình phòng ngừa toàn diện
bắt đầu từ sự giám định khoa học**

=

Ủy ban « 1000 ngày đầu đời »



Một chiến lược quốc gia nhằm nâng cao sức khỏe của toàn dân
Cf. Chương trình quốc gia về Sức khỏe dinh dưỡng, bắt đầu năm 2001



Ủy ban « 1000 ngày đầu đời »

Thành lập: năm 2019

Chủ tịch: GS Boris Cyrulnik

Thành viên: 18 chuyên gia

- Hiệp hội các nhà khoa học
- Các chuyên gia về sức khỏe và giáo dục trẻ em: bác sĩ, nhà nghiên cứu, các giáo viên...
- Đại diện các hội: gia đình, trẻ em...
- Đại diện của giới chính trị: chính quyền địa phương, quốc hội ...



Phương pháp: nghiên cứu tác động của môi trường đối với sự phát triển của trẻ nhỏ

- Phân tích nhiều ấn phẩm khoa học
 - Lắng nghe
 - Quan sát thực tế



Một bản tham luận đã được trình lên Chính phủ Pháp vào tháng 9 năm 2020

Các khuyến nghị của Ủy ban « 1000 ngày đầu đời »

Ba giai đoạn "nhạy cảm" được xác định

- Thời kỳ mang thai
- Thời gian tại bệnh viện phụ sản/khoa sơ sinh
- Thời gian trở về nhà



*Công tác tiếp cận sức khỏe chu sinh phải được
TOÀN DIỆN và LIÊN TỤC*

Một chương trình phòng ngừa mở rộng được đề xuất

- Tiếp cận các dịch vụ chăm sóc và giáo dục và
- Phối hợp và liên tục các dịch vụ chăm sóc
 - Đấu tranh với tình trạng bất bình
- Chất lượng của môi trường



Báo cáo của Ủy ban « 1000 ngày đầu đời »

2.2.

Những kiến nghị

Bộ ba nguyên lý

Biện pháp phòng ngừa

Tìm hiểu nguyên nhân

Can thiệp sớm



Những kiến nghị cụ thể

Các chủ đề quan tâm = 4

- **Yếu tố nguy cơ liên quan đến môi trường**

Nguy cơ về thể chất, yếu tố hóa học, vấn đề tâm lý – xã hội ...

- **Việc tiếp cận các dịch vụ chăm sóc**

Cơ sở hạ tầng, kỹ năng chuyên môn, chi phí cho việc chăm sóc, v.v ...

- **Đấu tranh với hoàn cảnh bấp bênh**

Về y tế, giáo dục, nhà ở, lương thực, bất bình đẳng xã hội, v.v..

- **Chính sách Hỗ trợ cho các gia đình.**

Cân bằng công việc / gia đình, thời gia nghỉ phép của cha mẹ, v.v...



Những kiến nghị cụ thể

Các giải pháp ưu tiên = 15

- *Phát hiện trước khi sinh các khó khăn về y tế và xã hội.* Chăm sóc tiền sản (EPP)
 - *Chia sẻ thông tin và phối hợp trong việc chăm sóc.* Nhân viên y tế và các vấn đề về tâm lý - xã hội
- *Hỗ trợ về những tổn thương từ phía cha mẹ.* Tình trạng cô độc, khuyết tật, sức khỏe tâm thần, bạo lực, v.v...
 - *Xây dựng " tài liệu chu sinh".* Hướng dẫn về nhân cách cho bà mẹ và trẻ em.
- *Dự phòng sinh non.* Mức độ chăm sóc, trẻ sinh cực non, chuyển dạ trong tử cung, v.v...
 - *Cải thiện thời gian nghỉ thai sản.* tìm hiểu hoàn cảnh bấp bênh của cha mẹ
- *Hỗ trợ khi trẻ sơ sinh nhập viện.* Chăm sóc phát triển (NIDCAP)...
 - *Cải thiện việc chăm sóc y tế - hoàn cảnh xã hội khi trở về nhà:* Chăm sóc tại nhà / HAD
- *Theo dõi trẻ sơ sinh dễ tổn thương (về phát triển thần kinh).* Phát hiện, phòng ngừa, điều trị.
 - *Thiết lập sự bảo trợ sau khi sinh.* Sự cộng tác giữa các dịch vụ bảo trợ xã hội và gia đình
- *Hỗ trợ việc nuôi con cho cả cha và mẹ.* Gia hạn thời gian nghỉ “hậu sản của cha” (25 ngày)
 - *Phòng ngừa các nguy cơ có liên quan đến môi trường.* thức ăn, vấn đề rối loạn nội tiết, v.v.
- *Sự phát triển toàn diện của trẻ.* Hòa nhập xã hội (ngôn ngữ, vui chơi, v.v.), tiếp cận với văn hóa và thiên nhiên
 - *Hỗ trợ cho phụ huynh trong công tác giáo dục.* Các mối liên kết về kỹ thuật số, các sự kiện về “1000 ngày đầu đời”
- *Xây dựng “Những ngôi nhà 1000 ngày đầu đời”* ở tất cả các địa phương.



Những kiến nghị cụ thể = 15

Các biện pháp ưu tiên = thời kỳ tiền sản

. Tư vấn trước khi sinh (EPP)

Phát hiện sớm trước khi sinh những vấn đề khó khăn về y tế và xã hội



. Các nhân viên y tế - tâm lý - xã hội

Họp hàng tuần với các nữ hộ sinh, **PMI**, các dịch vụ xã hội

Chia sẻ thông tin và phối hợp trong các dịch vụ chăm sóc

. Hỗ trợ những tổn thương của phụ huynh

Đấu tranh với tình trạng cô lập

Hỗ trợ **người khuyết tật** về thể chất và tinh thần

Phòng chống bạo lực gia đình



Những kiến nghị cụ thể = 15

Các biện pháp ưu tiên = thời kỳ sơ sinh

. Dự phòng sinh non

Thực hiện công tác chăm sóc theo ba mức độ

Đấu tranh với trường hợp sinh cực non

Hỗ trợ chuyển dạ qua ngã tử cung được dễ dàng ...



. Cải thiện thời gian ở bệnh viện sản khoa

Phát hiện hoàn cảnh bất bệnh của phụ huynh

. Hỗ trợ khi trẻ sơ sinh nhập viện

Chăm sóc cho sự phát triển cả trẻ (NIDCAP)

. Chăm sóc y tế hường xuyên khi trở về nhà

Nằm viện tại nhà (HAD)



Những kiến nghị cụ thể = 15

Các biện pháp ưu tiên = thời kỳ sau sinh

- *Thường xuyên chăm sóc trẻ sơ sinh bị tổn thương*

Những rối loạn trong quá trình **phát triển thần kinh** (TND)

Phòng ngừa, dự đoán, điều trị

- *Thực hiện tư vấn sau sinh*

Sự phối hợp giữa nhân viên y tế với các dịch vụ hỗ trợ gia đình và xã hội

- *Hỗ trợ việc nuôi con cho cả cha và mẹ*

Nghỉ « hậu sản của mẹ »

Nghỉ « **Hậu sản của cha** » = 25 ngày

- *Quá trình phát triển toàn diện của trẻ*

Hòa nhập xã hội dễ dàng (ngôn ngữ, trò chơi ...)

Cải thiện khả năng tiếp cận với **văn hóa** và **thiên nhiên** cho tất cả trẻ em



Những kiến nghị cụ thể = 15

Các biện pháp ưu tiên = trong suốt thời kỳ chu sinh

- ***Xây dựng nội dung « tham vấn chu sinh »***

Nhân viên tư vấn sẽ đồng hành cùng thai kỳ và trẻ sơ sinh



- ***Phòng ngừa những nguy cơ liên quan đến môi trường***

Chế độ ăn uống, vấn đề rối loạn nội tiết...

- ***Đồng hành cùng phụ huynh trong các chương trình giáo dục***

Xây dựng các mối liên kết kỹ thuật số (Trang mạng: « Hành động cho các bé » ...)



Tổ chức các sự kiện: « 1000 ngày đầu đời »

- ***Chương trình « Những ngôi nhà của 1000 ngày đầu đời »***

Xây dựng các trung tâm tham vấn tại các địa phương



Những công cụ đảm bảo cho sự thành công của « 1000 ngày đầu đời » = 4

. *Nghiên cứu*

Hiểu biết sâu sắc hơn về 1000 ngày đầu đời.

. *Huấn luyện*

Củng cố các kỹ năng cho nhân viên y tế dựa trên những kiến thức về khoa học thần kinh



. *Lượng giá các hoạt động thực tiễn*

Xác định những khó khăn khi thực hiện các biện pháp can thiệp

Tìm phương cách để cải thiện những khó khăn

. *Truyền thông*

Cải thiện các quan điểm của xã hội về thời kỳ chu sinh



Các kiến nghị của Ủy ban « 1000 ngày đầu đời »

Những xuất cụ thể để cải thiện vấn đề sức khỏe chu sinh

Những đề xuất này đều có thể áp dụng:

Ngay lập tức = TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP

Rất dễ dàng = nhân vật chính được xác định

Các cơ quan có uy tín đều thuộc về Nhà nước

Các Cơ quan Y tế của địa phương (Các dự án y tế của địa phương, v.v.)

Chính quyền địa phương (Vùng, Hội đồng thành phố, v.v.)

Các đơn vị được công nhận

Các bệnh viện

Viện Bảo vệ bà mẹ và trẻ em (PMI)

Các trung tâm thực hành sớm về Y tế - Xã hội (CAMSP)

Quỹ Bảo hiểm Y tế Quốc gia (CNAM)

Quỹ Trợ cấp Gia đình (CAF) ...

Các chuyên gia tham gia vào lĩnh vực: đào tạo, nguồn lực, v.v.

Cha mẹ: hỗ trợ, lắng nghe, ngày nghỉ phép của cha mẹ, v.v...



2.3. Các thử nghiệm

Thông tư của Bộ Y tế (tháng 4 năm 2021)

Tài trợ cho chương trình « Kêu gọi tham gia dự án - Appel à projet »

Được sự hỗ trợ của các Cơ quan Y tế Vùng (ARS)

Trong cả thời kỳ chu sinh

Công tác dự phòng

Đào tạo nhân viên y tế

Hỗ trợ các gia đình



Cam kết mạnh mẽ từ các mạng lưới chăm sóc sức khỏe chu sinh

(Bản tin chuyên đề Y tế - Bảo trợ xã hội - Đoàn kết số 2021/7)

(Bulletin officiel Santé - Protection sociale - Solidarité n° 2021/7)

Các mạng lưới chăm sóc sức khỏe chu sinh

- Ở mỗi địa phương tại Pháp
- Quy tụ một đội ngũ các nhân viên chăm sóc sức khỏe chu sinh
- Trước sinh = Cải thiện sức khỏe bà mẹ và theo dõi quá trình mang thai
- Sơ sinh = Giảm bớt các nguy cơ liên quan đến việc sinh ra (sinh sớm ...)
- Sau sinh = Tổ chức việc theo dõi sức khỏe các bé sơ sinh bị tổn thương

Đào tạo

Chia sẻ kinh nghiệm

Nghiên cứu

Các nghiên cứu dịch tễ học

Phối hợp các hoạt động chăm sóc

Chế độ chăm sóc y tế

...



Hoạt động chăm sóc sức khỏe chu sinh tại Bretagne

« 1000 ngày đầu đời »

Nơi tất cả được bắt đầu...

Conclusion



Conclusion

« 1000 ngày đầu đời: nơi tất cả được bắt đầu ... »

Một chương trình **tổng thể**

Thực hiện chăm sóc sức khỏe liên tục từ lúc trước sinh đến sau sinh

Một chương trình gồm **nhiều lĩnh vực**

Y tế, giáo dục, xã hội

Một chương trình đã **được khoa học xác nhận**

Các nghiên cứu về dịch tễ học, khoa học thần kinh...

Một chương trình dựa trên công tác **dự phòng**

Môi trường thể chất, tinh thần, xã hội...

Một chương trình nhằm vào **các gia đình dễ bị tổn thương**

Tiếp cận các dịch vụ chăm sóc, đấu tranh với sự nghèo khó ...

Một chương trình **được điều chỉnh cho phù hợp với đặc điểm của từng vùng miền**



Kết luận

« 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu... »

Một « lộ trình » được đổi mới và liên kết chặt chẽ

=

Hỗ trợ tốt hơn cho các nhân viên công tác trong lĩnh vực sức khỏe chu sinh



Phát triển mạng lưới nhân viên lành nghề về chăm sóc sức khỏe chu sinh

Kết luận

« 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu... »

=

Đảm bảo cho mọi gia đình được tiếp cận tốt nhất nền y học có chất lượng

« Y học của 4 chữ P »

Cá nhân hóa (Personnalité)

Phòng ngừa (Préventive)

Tiên lượng (Prédictive)

Sự tham gia của nhiều người (Participative)



Vấn đề ưu tiên trong chăm sóc sức khỏe cộng đồng ở tất cả các quốc gia

Với « 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu... »



**Phương hướng mới trong quan hệ hợp tác
về sức khỏe chu sinh**

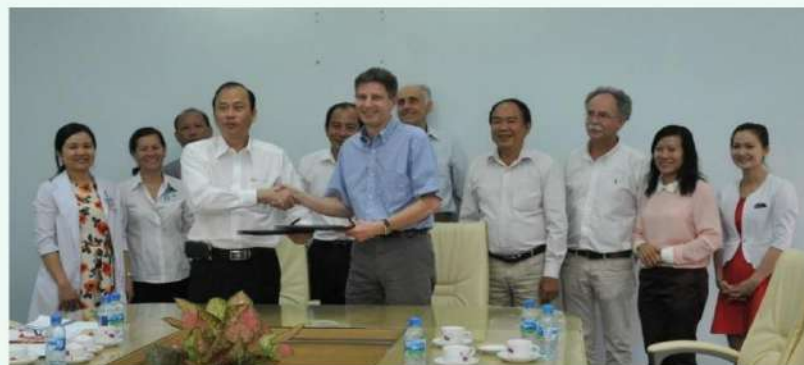
Pháp – Việt Nam



Với « 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu »



Tăng cường hợp tác y tế « hậu Covid » Nhóm nghiên cứu Pháp – Việt Nam về sức khỏe chu sinh



Chia sẻ kinh nghiệm

Với « 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu »



Hợp tác

**Tỉnh Khánh Hòa/Liên viện Nam Bretagne Lorient
Xây dựng mạng lưới sức khỏe chu sinh**

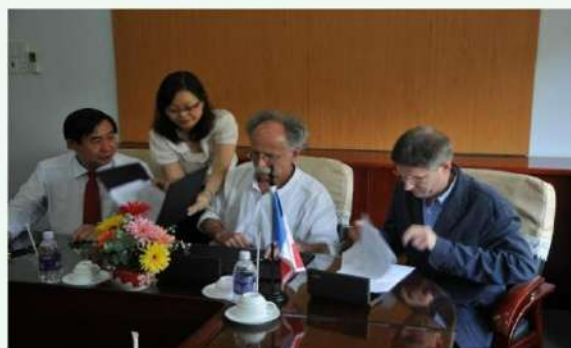


Với « 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu »

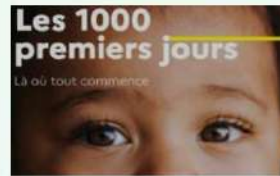


TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y KHOA PHẠM NGỌC THẠCH

Đơn vị « Phát triển thần kinh trẻ em »



Với « 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu »



**Trong tất cả các khoa sơ sinh tại Việt Nam
Xây dựng mạng lưới theo dõi
« Trẻ sơ sinh dễ bị tổn thương »**



« 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu ... »

Kết luận



*« Nếu có 1000 cách để làm cha và làm mẹ
cũng có nhiều cách tiếp cận
để hiểu được 1000 ngày đầu tiên của trẻ »*

(Ủy ban « 1000 đầu đời »)

« 1000 ngày đầu đời: Nơi tất cả được bắt đầu ... »

Trân trọng cảm ơn



- « *Trẻ em phải được hưởng lợi từ an sinh xã hội, phải được lớn lên và phát triển một cách lành mạnh..
Để đạt được mục tiêu này, cần có sự hỗ trợ và bảo vệ đặc biệt cho cả trẻ em và bà mẹ ,
đặc biệt là sự chăm sóc toàn diện trước khi sinh và sau khi sinh.
Trẻ em có quyền được hưởng đầy đủ thức ăn, nhà ở, vui chơi và chăm sóc y tế ».*

Đại Hội đồng Liên hiệp quốc
New-York, ngày 20/11/1989