

# Chăm lo cho sức khỏe



# Làm sao để tội phạm mạng không “leo thang”?

**Cục An toàn thông tin, Bộ TT&TT cho biết, thời gian gần đây, đã có một số hệ thống thông tin của cơ quan, tổ chức, doanh nghiệp tại Việt Nam bị sự cố tấn công ransomware (mã hóa tổng tiền), gây gián đoạn hoạt động và thiệt hại về vật chất, hình ảnh của các cơ quan, tổ chức, doanh nghiệp, cũng như hoạt động bảo đảm an toàn không gian mạng quốc gia.**

**Hai mặt của những cuộc tấn công bất ngờ gần đây**

Những ngày cuối tháng ba vừa qua, hệ thống Công ty Chứng khoán VNDirect bị tấn công từ 10h sáng chủ nhật ngày 24/3. Trong thông báo gửi tới truyền thông, đại diện VNDirect cho biết hệ thống đã bị tấn công bởi một tổ chức quốc tế, dẫn đến toàn bộ nền tảng giao dịch tạm thời không truy cập được.

Đại diện VNDirect cũng cho biết, đơn vị đã khẩn trương làm việc với các đối tác là các tập đoàn công nghệ hàng đầu Việt Nam, cũng như đã phối hợp xử lý cùng cơ quan ninh mạng và phòng, chống tội phạm sử dụng công nghệ cao. Ngoài VNDirect, Tổng Công ty Bảo hiểm Bưu Điện (PTI) cũng bị tấn công, website của Tập đoàn Đầu tư IPA và IPAAM cũng không thể truy cập được.

Về sự việc VNDirect bị tấn công, ông Nguyễn Tử Quảng, CEO - Tập đoàn Công nghệ Bkav đã có những chia sẻ cụ thể: Đây là một hình thức tấn công tương đối phổ biến trong những năm gần đây ở Việt Nam và trên thế giới. Hacker sẽ sử dụng một lỗ hổng nào đó để xâm nhập vào trong hệ thống. Sau đó hacker sẽ tìm cách để cài đặt virus vào hệ thống của công ty và mã hóa dữ liệu sau đó sẽ dùng khóa mã hóa đó để có thể tổng tiền các nạn nhân. Ở Việt Nam và trên thế giới cũng có nhiều công ty lớn đã từng bị như vậy.

Trước câu hỏi có thể hiểu đây là việc tấn công và tổng tiền, ông Quảng cho biết: “Tình hình đã được kiểm soát, tất cả các dữ liệu đã được giải mã. Chúng tôi cùng các đơn vị khác và VND đang từng bước đưa các dịch vụ hoạt động trở lại và hệ thống sẽ hoạt động được bình thường trong thời gian sớm nhất. Hệ thống của VND rất phức tạp và rất lớn. Đến nay công cụ và các biện pháp để giải mã đã có và hiện nay hầu hết các công ty lớn về công nghệ ở Việt Nam đều đang tham gia, như FPT, Viettel, Bkav và nhiều các đồng nghiệp khác của chúng tôi đều đã tham gia. Chúng tôi coi đây là một vấn đề chung của xã hội, mọi người cùng chung tay vào để khắc phục. Chúng tôi đang rất nỗ lực để hệ thống quay trở lại hoạt động bình thường. Có một nội dung nữa mà tôi nghĩ mọi người quan tâm, là tài khoản và tài sản của họ trong hệ thống VND thế nào? Thì rất may tất cả đã đang được bảo đảm, các bạn có thể tạm yên tâm”.

Theo ông Nguyễn Tử Quảng, bao giờ



● Nhiều cuộc tấn công mã hóa tổng tiền đã xảy ra. (Ảnh minh họa: PV)

## Rà soát, bảo đảm an toàn thông tin trước ngày 15/4

*Cục An toàn thông tin, Bộ TT&TT cho biết, thời gian gần đây đã có một số hệ thống thông tin của cơ quan, tổ chức, doanh nghiệp tại Việt Nam bị sự cố tấn công ransomware (mã hóa tổng tiền), gây gián đoạn hoạt động và thiệt hại về vật chất, hình ảnh của các cơ quan, tổ chức, doanh nghiệp cũng như hoạt động bảo đảm an toàn không gian mạng quốc gia.*

*Cục An toàn thông tin đề nghị đơn vị chuyên trách CNTT, an toàn thông tin của các Bộ, ngành, địa phương; các tập đoàn, tổng công ty nhà nước; các tổ chức tài chính, ngân hàng thương mại nhà nước; Ngân hàng Chính sách xã hội, Ngân hàng Phát triển Việt Nam... đến ngày 15/4, các đơn vị cần kiểm tra, đánh giá việc đảm bảo an toàn thông tin cho các hệ thống thông tin thuộc phạm vi quản lý, nhất là các hệ thống thông tin lưu trữ, xử lý thông tin cá nhân, dữ liệu cá nhân. Trong trường hợp phát hiện hệ thống tồn tại các nguy cơ, lỗ hổng và điểm yếu, đơn vị cần lập tức triển khai các biện pháp khắc phục.*

một cuộc tấn công cũng có mặt trái nhưng lại cũng có mặt phải, tức là mặt trái thì chúng ta đã thấy rồi. Mặt tốt của nó là chúng ta có những bài học kinh nghiệm cho tất cả thị trường. Tất cả các công ty đều có thể bị mã hóa dữ liệu như thế này, không chỉ mình VNDirect. Chúng ta nên coi đây để rút ra các kinh nghiệm và chúng ta cũng coi những việc khắc phục như thế này thì các đội ngũ liên quan sẽ có kinh nghiệm, đặc biệt là trong việc phòng ngừa.

“Về mặt kỹ thuật, để phòng ngừa những việc như thế này chúng ta nên sử dụng các hệ thống giám sát, tức là với triết lý của an ninh không gian mạng hiện nay thì đôi khi chúng ta cũng phải chấp nhận việc hacker xâm nhập vào trong hệ thống. Nhưng làm thế nào để nhanh chóng phát hiện được ngay việc xâm nhập đó để hacker không kịp gây hại? Việc này cần có hệ thống công nghệ, có hệ thống giám sát. Chúng tôi khuyến nghị là các tổ chức, đặc biệt là các tổ chức có hệ thống lớn để lưu ý. Thứ hai là liên quan đến virus mã hóa thì tất cả các máy tính, kể cả máy cá nhân và máy chủ, chúng ta đều nên phải cài đặt phần mềm diệt virus một cách đầy đủ, không bỏ sót một thiết bị nào. Bởi vì chỉ cần hở ở một thiết bị là hacker có thể xâm nhập được và sau đó “leo thang đặc quyền” để xâm nhập ra tất cả hệ thống. Tất cả thị trường đều có thể gặp phải trường hợp tương tự và mặt tốt là qua đây chúng ta sẽ có được các kinh nghiệm”, ông Quảng nhấn mạnh.

Ông Nguyễn Tử Quảng chia sẻ thêm,

thực tế, không chỉ an ninh mạng mà an ninh truyền thông cũng thế. Đây là vấn đề của xã hội và chúng ta cố gắng bảo đảm tối đa, nhưng vẫn sẽ có một tỉ lệ nào đó mất an ninh. “Như tôi đã nói, biện pháp chống là chúng ta phải sẵn sàng trong việc phát hiện ra ngay. Vì về mặt công nghệ hacker có thể tìm thấy lỗ hổng zeroday - là những lỗ hổng bảo mật chưa được công bố hoặc chưa được khắc phục, lỗ hổng này chưa có bản vá trên cả thế giới. Chúng sẽ tranh thủ trong thời gian chưa có bản vá để tìm cách xâm nhập nhiều nhất các hệ thống trên khắp thế giới. Các trường hợp virus mã hóa tổng tiền thường cũng hành động như vậy. Tức là hacker tìm được một lỗ hổng zeroday để xâm nhập vào. Khi mình vá thì hacker có thể đã xâm nhập vào rồi. Vậy thêm một kinh nghiệm nữa là khi vá các lỗ hổng, chúng ta phải kiểm tra lại hệ thống vì có thể hacker đã xâm nhập vào hệ thống từ trước. Việc này thì không phải 100% chúng ta chống được. Chúng ta phải luôn sẵn sàng, hacker có thể vào và ta phải tìm cách phát hiện được ngay khi nó vào”...

## Và những cảnh báo

Theo Công ty Công nghệ An ninh mạng quốc gia Việt Nam (NCS), đã có gần 14 nghìn vụ tấn công mạng năm 2023. Trước thực trạng này, Công thông tin điện tử Công an TP Hà Nội đã đưa ra những khuyến cáo cho các cơ quan, tổ chức, doanh nghiệp để đề phòng chống hệ thống, thiết bị kỹ thuật bị tấn công mạng. Theo đó, các mục tiêu chịu nhiều

tấn công nhất trong năm qua là các cơ quan chính phủ, hệ thống ngân hàng, tổ chức tài chính, hệ thống công nghiệp và các hệ thống trọng yếu khác.

Đặc biệt, trong quý IV năm 2023, số vụ tấn công mạng tăng mạnh, lên tới 1.614 vụ trong một tháng, gấp rưỡi so với trung bình. Nguyên nhân được cho rằng thời điểm cuối năm, các cơ quan doanh nghiệp, tổ chức có nhiều dự án công nghệ thông tin cần hoàn thành, nhân sự phải hoạt động trên 100% năng suất nên khả năng xảy ra nhiều sai sót, đây cũng là cơ hội để hacker có thể tấn công phá hoại.

Các chuyên gia NCS cũng chỉ ra top 3 điểm yếu bị tấn công nhiều nhất ở Việt Nam năm 2023. Tỷ lệ cao nhất là điểm yếu con người chiếm 32,6% tổng số vụ việc. Hacker sử dụng email giả mạo (phishing) có file đính kèm mã độc dưới dạng file văn bản hoặc nội dung có đường link đăng nhập giả mạo để chiếm tài khoản, kiểm soát máy tính người dùng từ xa.

Điểm yếu có tỷ lệ cao thứ hai là lỗ hổng các nền tảng, dịch vụ phần mềm cài đặt trên máy chủ chiếm 27,4%. Các phần mềm bị khai thác là phần mềm Mail Server, nền tảng quản lý nội dung, nền tảng chia sẻ dữ liệu...

Điểm yếu thứ ba là các lỗ hổng của website do tổ chức tự phát triển chiếm 25,3% số vụ việc. Các lỗ hổng thường bị khai thác là SQL Injection, có thể tấn công nơi lưu giữ những thông tin nhạy cảm và có giá trị nhất. Và trong trường hợp xấu nhất, nó có thể chiếm được quyền truy cập quản trị vào máy chủ cơ sở dữ liệu, mật khẩu quản trị yếu hoặc sử dụng thư viện tồn tại lỗ hổng. Ngoài ra, không chỉ thu thập, sửa đổi, đánh cắp dữ liệu, hacker còn công khai chèn các đường dẫn ẩn (backlink) quảng cáo nội dung vi phạm pháp luật như cờ bạc, cá độ, mua bán trái pháp luật... lên các website chính thống.

Theo thống kê của NCS, có tới 342 trang website giáo dục có tên miền “.edu.vn” và 212 trang website bị tấn công lại nhiều lần mà không có cách khắc phục triệt để. Để đề phòng chống hệ thống, thiết bị kỹ thuật bị tấn công mạng, Phòng An ninh mạng và phòng, chống tội phạm sử dụng công nghệ cao, Công an TP Hà Nội khuyến cáo, các cơ quan, tổ chức, doanh nghiệp cần nâng cao tinh thần trách nhiệm với việc quản lý, sử dụng và bảo quản các trang thiết bị sử dụng trong công tác quản trị các hệ thống (người quản lý am hiểu về công nghệ thông tin, có trình độ về công tác an ninh mạng, ký cam kết về bảo mật thông tin quản trị...).

Đồng thời rà soát lại kiến trúc an ninh mạng tổng thể, định kỳ kiểm tra, đánh giá các dịch vụ, thiết bị sử dụng. Triển khai các hệ thống giám sát an ninh 24/7, trong đó yêu cầu thu thập đầy đủ nhật ký hoạt động của toàn hệ thống, bảo đảm lưu trữ trong ít nhất 6 tháng, đồng thời cử người chuyên trách hoặc thuê ngoài dịch vụ giám sát an ninh.

Ngoài ra, cần sử dụng thiết bị chuyên dụng, không dùng chung và thường xuyên thay đổi mật khẩu quản trị (mật khẩu quản trị mạnh có độ dài và có ký tự chữ thường, chữ viết hoa, có số, ký tự đặc biệt...). Không lưu trữ mật khẩu quản trị trên máy tính, điện thoại của mình. Thường xuyên cập nhật, thay đổi các phần mềm cũ, hết hạn, không còn tính bảo mật. Sử dụng phần mềm quét virus và cập nhật phần mềm virus thường xuyên để phát hiện kịp thời các lỗ hổng bảo mật, tấn công mạng...

**NGUYỆT THƯƠNG**

# Nhân rộng mô hình cấp cứu tại cộng đồng



● Diễn tập sơ cấp cứu nhằm tuyên truyền nâng cao nhận thức, phổ biến kiến thức, kỹ năng sơ cấp cứu cho người dân. (Nguồn ảnh: Hội CTĐVN)

**Cấp cứu ngoại viện rất quan trọng để cứu người bệnh. Tại nhiều quốc gia trên thế giới, không chỉ nhân viên y tế mới biết cấp cứu ngừng tuần hoàn, sơ cứu người bị nạn, mà người dân cũng được đào tạo sơ cứu. Bởi khi càng có nhiều người có kiến thức sơ cứu, các ca tai nạn trong cộng đồng càng có cơ hội được cứu sống nhiều hơn.**

## Cấp cứu ngoại viện rất quan trọng để cứu người bệnh

Mới đây, tối ngày 24/3, chị Đặng Thị Hạ, điều dưỡng của Trung tâm Cấp cứu A9 - Bệnh viện Bạch Mai, Hà Nội đang ngồi ăn tối với 4 người bạn tại một nhà hàng ở quận Sơn Trà, Đà Nẵng thì ở bàn bên cạnh, một người đàn ông ngoại quốc đang ăn tối cùng vợ rồi đứng lên và đi chuyển, nhưng bất ngờ choáng váng, đi lại loạng choạng, ngã quỵ xuống đất, mất ý thức, vệ sinh không tự chủ. Ngay lập tức, chị Hạ đã tiếp cận, đỡ người đàn ông này lên. Khi thấy người này bất tỉnh, chị Hạ đỡ ông nằm xuống sàn cứng, kiểm tra mạch cảnh, tri hô nhân viên nhà hàng gọi cấp cứu 115, đồng thời tiến hành cấp cứu ép tim ngoài lồng ngực cho nạn nhân. Sau khoảng vài chục lần ép tim ngoài lồng ngực theo chu kỳ thì bệnh nhân có ý thức trở lại, ổn định chức năng sống và được xe cấp cứu 115 Đà Nẵng chuyển đến một bệnh viện ở địa phương. Sau khi được cấp cứu kịp thời, bệnh nhân đã tỉnh táo, không để lại bất cứ di chứng nào về thần kinh hay vận động. Theo đánh giá của các bác sĩ, bệnh nhân sẽ khó qua khỏi nếu không tỉnh cờ được điều dưỡng Hạ có mặt tại đó cấp cứu ngừng tuần hoàn kịp thời.

Cấp cứu ngoại viện rất quan trọng để cứu người bệnh. Còn nhớ, tại Gia Lai từ những năm 2010, để góp phần giảm tử vong

mẹ và tử vong sơ sinh, Trung tâm Chăm sóc sức khỏe sinh sản tỉnh vừa phối hợp cùng Trung tâm Y tế huyện Mang Yang và Đak Đoa đã thành lập đội cấp cứu dựa vào cộng đồng với tên gọi “đội chuyên tuyến” thu hút rất nhiều người dân quan tâm. “Trước giờ trong làng có ai đau ốm phải rất lâu mới có người đến để chuyển đi bệnh viện, nay có đội cấp cứu tại làng rồi chúng tôi mừng lắm, nếu mỗi làng đều thành lập được đội thì người bệnh sẽ không còn nguy hiểm nữa”, nhiều người dân cho biết.

Tại tỉnh Thái Nguyên, hơn 10 năm nay, một số y, bác sĩ về hưu trên địa bàn phường Túc Duyên, TP Thái Nguyên đã lập các chốt sơ cứu tai nạn giao thông với đầy đủ dụng cụ y tế hỗ trợ cho việc sơ cứu ban đầu như: bông, băng, gạc, nẹp... Từ khi thành lập đến nay, chốt sơ cứu này đã sơ cấp cứu cho trên 200 trường hợp bị tai nạn giao thông. Không riêng đường bộ mà trên các tuyến đường sông cũng luôn có CLB sơ cấp cứu túc trực để thay đổi quan niệm lạc hậu của người dân trước đây khi thấy người đuối nước là không được “cướp cơm của hà bá” nên e ngại việc cứu vớt.

Tại Hà Nội, ngành Y tế Thủ đô đã tích cực, chủ động phối hợp với các ngành, địa phương quan tâm nhân rộng, phát triển hoạt động này đến mọi người dân. Đến thời điểm này, tất cả các quận, huyện, thị xã đều hình



● Việc ra đời các mô hình sơ cấp cứu dựa vào cộng đồng của Hội Chữ thập đỏ Việt Nam đã đóng góp tích cực vào việc chủ động phòng tránh và kịp thời khắc phục hậu quả cho nạn nhân do tai nạn giao thông. (Nguồn ảnh: Hội CTĐVN)

thành những điểm sơ cấp cứu ban đầu tại cộng đồng. Đại đa số trường học từ bậc tiểu học trở lên đã thành lập các hội, chi hội chữ thập đỏ, mỗi chi hội thu hút hàng chục học sinh có tấm lòng nhân ái tham gia. Đây cũng là lực lượng nòng cốt được trang bị các kiến thức, kỹ năng sơ cấp cứu ban đầu; qua đó các em có trách nhiệm hỗ trợ, hướng dẫn cho bạn bè và những người xung quanh...

## Kỹ năng sơ cấp cứu cần được xem là điều kiện thiết yếu

Trong xã hội hiện đại ngày nay, sơ cấp cứu không chỉ là kiến thức, kỹ năng cần biết mà cần được xem là một yêu cầu, một điều kiện thiết yếu đối với mọi người, mọi cơ quan, đơn vị, tổ chức và cộng đồng. Vì thế, tại nhiều nước trên thế giới, không chỉ nhân viên y tế mới biết cấp cứu ngừng tuần hoàn, sơ cứu người bị nạn, mà sinh viên trong các trường đại học, người dân cũng được đào tạo sơ cứu. Khi càng có nhiều người có kiến thức sơ cứu, các ca tai nạn trong cộng đồng càng có cơ hội được cứu sống nhiều hơn.

Sơ cấp cứu cũng là một hành động nhân đạo, là hoạt động truyền thống của Phong trào Chữ thập đỏ - Trăng lưỡi liềm đỏ quốc tế và là một trong các hoạt động trọng tâm của 192 Hội Sơ cấp cứu Thế giới là sáng kiến được Hiệp hội Chữ thập đỏ - Trăng lưỡi liềm đỏ quốc tế khởi xướng từ năm 2000.

Theo đó, kêu gọi các nước, các Hội quốc gia trên thế giới tổ chức Ngày Sơ cấp cứu thế giới vào thứ Bảy, tuần thứ 2 của tháng 9 hàng năm nhằm nhấn mạnh tầm quan trọng, vai trò và ý nghĩa của sơ cấp cứu. Đồng thời, tôn vinh những người làm công tác sơ cấp cứu tình nguyện trên toàn thế giới, qua đó nâng cao nhận thức, sự quan tâm, tạo điều kiện của chính quyền các cấp, các cơ quan, đơn vị, tổ chức, cộng đồng và người dân trên toàn thế giới đối với sơ cấp cứu, nâng cao năng lực, kỹ năng sơ cấp cứu tại cộng đồng và của mỗi người dân, đáp ứng yêu cầu sơ cấp cứu và cứu hộ, cứu nạn khi có tai nạn, sự cố, thảm họa xảy ra.

Từ khi thành lập vào ngày 23/11/1946 đến nay, sơ cấp cứu luôn là một trong các nhiệm vụ quan trọng của Hội Chữ thập đỏ Việt Nam. Hiện trong cả nước chỉ duy nhất Hội Chữ thập đỏ Việt Nam có hệ thống sơ cấp cứu dựa vào cộng đồng được triển khai trên toàn quốc và đang triển khai mô hình các đội tình nguyện viên sơ cứu lưu động và thành lập các trạm, điểm sơ cấp cứu trên các tuyến giao thông trọng điểm, tại những vị trí hay xảy ra tai nạn giao thông để kịp thời sơ cấp cứu cho người bị nạn. Việc ra đời các mô hình sơ cấp cứu dựa vào cộng đồng của Hội Chữ thập đỏ Việt Nam đã đóng góp tích cực vào việc chủ động phòng, tránh và kịp thời khắc phục hậu quả cho nạn nhân do tai nạn giao thông, đuối nước cũng như các nạn nhân do

thiên tai, thảm họa khác gây ra, trợ giúp kịp thời người bị nạn, góp phần hạn chế tỷ lệ tử vong và thương tật, tàn phế cho nạn nhân.

Hội Chữ thập đỏ Việt Nam đã đào tạo được gần 300 tập huấn viên, hướng dẫn viên sơ cấp cứu đạt chuẩn. Đây là đội ngũ cán bộ tham gia huấn luyện, trang bị kiến thức và kỹ năng sơ cấp cứu cho tình nguyện viên làm việc tại trên 500 trạm, điểm sơ cấp cứu và đội ngũ lái xe taxi, lái xe ôm, những người thường xuyên hoạt động tại những khu vực hay xảy ra tai nạn giao thông để sẵn sàng hỗ trợ, giúp đỡ người dân khi xảy ra tai nạn. Tổ chức tập huấn sơ cấp cứu cho đối tượng học sinh trong trường học, người dân sinh sống tại các địa bàn có nguy cơ cao xảy ra tai nạn như dọc các đường quốc lộ, nơi thường xuyên xảy ra bão, lũ lụt, sạt lở, động đất cũng được quan tâm đẩy mạnh nhằm xây dựng các cộng đồng an toàn, có khả năng ứng phó kịp thời trong các tình huống cần thiết.

Trong những năm gần đây, Hội Chữ thập đỏ Việt Nam không ngừng mở rộng hợp tác với các đối tác trong Phong trào Chữ thập đỏ - Trăng lưỡi liềm đỏ quốc tế, các đối tác trong và ngoài nước để phát triển các hoạt động sơ cấp cứu; cũng như kêu gọi các cấp Hội trong cả nước tích cực tuyên truyền nâng cao nhận thức, phổ biến kiến thức, kỹ năng sơ cấp cứu cho người dân; chú trọng khả năng ứng dụng các công nghệ số để đổi mới phương thức đào tạo, huấn luyện sơ cấp cứu và truyền thông nâng cao nhận thức cộng đồng về sơ cấp cứu.

Với thông điệp “Sơ cấp cứu trong thế giới số”, trong thời gian tới, Hội Chữ thập đỏ Việt Nam xác định tiếp tục đẩy mạnh tuyên truyền nâng cao nhận thức, phổ biến kiến thức, kỹ năng sơ cấp cứu cho người dân, chú trọng việc ứng dụng công nghệ thông tin, chuyên đội số để đổi mới phương thức đào tạo, huấn luyện sơ cấp cứu và truyền thông nâng cao nhận thức cộng đồng về sơ cấp cứu. **MINH DƯƠNG**



● Cấp cứu ngoại viện rất quan trọng để cứu người bệnh. (Nguồn: BV Bạch Mai)

*Nếu không có kiến thức sơ cấp cứu, trong nhiều trường hợp làm nguy hiểm đến tính mạng bệnh nhân, đơn cử như câu chuyện anh L.T.T. trú tại huyện Sóc Sơn không may bị tai nạn giao thông, chấn thương đốt sống cổ. Thấy vậy, những người chứng kiến đã bế anh T. lên xe máy đưa đi cấp cứu. Việc sơ cứu vội vàng, không đúng cách khiến anh T. bị chèn ép tủy, dẫn đến bị liệt hai chi dưới.*

*Tai nạn giao thông là nguyên nhân hàng đầu gây tai nạn thương tích ở Việt Nam và nếu được sơ cấp cứu đúng kỹ thuật, người bị tai nạn giao thông sẽ tăng 50% cơ hội sống. Tuy nhiên, đa số người chứng kiến thường có tâm lý phải đưa nạn nhân đi cấp cứu càng nhanh càng tốt, nên họ vội vàng bế, vác, công nạn nhân di chuyển vào bệnh viện. Phương pháp hỗ trợ này có thể làm cho nạn nhân bị thương đốt sống cổ hoặc xương chậu ở tình trạng nhẹ, trở nên nặng hơn, thậm chí tử vong.*

**CHĂM LO CHO SỨC KHỎE**

# Bảo đảm thực thi quyền cơ bản về sức khỏe



●Hệ thống các văn bản pháp luật hỗ trợ, quyền được bảo vệ và chăm sóc sức khỏe tại Việt Nam đã được thực hiện thông qua nhiều cách tiếp cận khác nhau. Ảnh minh họa. Nguồn: Ilct.vn



●Trong 3 năm xảy ra đại dịch COVID-19, quyền được chăm sóc về sức khỏe của người dân Việt Nam được thể hiện rõ nét. (Ảnh minh họa - Nguồn: Đoàn TNCS TP HCM)

**Ngày Sức khỏe Thế giới 7/4 đánh dấu sự thành lập của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO). Mỗi năm, WHO sẽ chọn một vấn đề y tế trọng điểm toàn cầu và tổ chức các sự kiện trên phạm vi địa phương, khu vực, quốc tế trong ngày này và suốt năm để nêu bật lĩnh vực được lựa chọn. Năm 2024, chủ đề được chọn là “Sức khỏe của tôi, quyền của tôi”, cho thấy tầm quan trọng của việc bảo đảm thực thi quyền cơ bản của mỗi con người về sức khỏe.**

**Năm 2024 được dự đoán có nhiều tình huống khẩn cấp về sức khỏe**

Tháng 3/2024, WHO cho biết các trường hợp mắc bệnh sởi đang gia tăng ở hầu hết các khu vực, chủ yếu là do bỏ lỡ tiêm chủng trong những năm xảy ra dịch COVID-19, khi hệ thống y tế bị quá tải và tụt hậu so với việc tiêm chủng định kỳ, cho các bệnh có thể phòng ngừa được. Đại dịch COVID-19 đã dẫn đến những thất bại trong nỗ lực giám sát và tiêm chủng, khiến hàng triệu trẻ em dễ bị tổn thương do bệnh sởi. Năm 2023, hơn 300.000 trường hợp đã được báo cáo trên toàn thế giới, tăng đáng kể 79% so với năm 2022. Theo dự đoán của WHO, hơn một nửa số quốc gia trên thế giới sẽ có nguy cơ bùng phát cao hoặc rất cao dịch bệnh sởi vào cuối năm nay.

“Điều chúng tôi lo lắng là năm nay, chúng ta có những khoảng trống lớn trong các chương trình tiêm chủng và nếu chúng ta không nhanh chóng lấp đầy chúng bằng vaccine, bệnh sởi sẽ nhảy vào khoảng trống đó, hơn một nửa thế giới có nguy cơ bùng phát bệnh sởi vào cuối năm 2024”, theo bà Natasha Crowcroft, cố vấn kỹ thuật cấp cao về bệnh sởi và rubella của WHO.

Nhiều chuyên gia cũng dự đoán năm 2024 cộng đồng chú ý nhiều hơn đến sức khỏe tâm thần trong môi trường làm việc, thành lập nhóm hỗ trợ và chọn lọc nội dung trên mạng xã hội về chủ đề này. Theo đó, 3 năm đại dịch với những khó khăn về kinh tế khiến cộng đồng hiểu được tầm

quan trọng của sức khỏe tâm thần. Chủ đề vốn ít người quan tâm dần trở thành tiêu điểm trong các cuộc thảo luận khắp mọi nơi. Từ năm 2023, người dân đã chú ý nhiều đến sự cân bằng giữa công việc và cuộc sống, chữa lành từ bên trong, điều trị, tầm soát chứng rối loạn lo âu, trầm cảm.

“Trong một thế giới ngày càng mất kết nối, mọi người trở nên cởi mở hơn về các cuộc đấu tranh tinh thần. Các cộng đồng, nhóm hỗ trợ sức khỏe tâm lý cũng phổ biến hơn. Đây thường là tập hợp của những người có chung vấn đề tâm lý, chẳng hạn trầm cảm, rối loạn lo âu, rối loạn sang chấn (PTSD), rối loạn lưỡng cực, ám ảnh cưỡng chế (OCD) hoặc tăng động giảm chú ý (ODC). Mục đích của các nhóm hỗ trợ là giúp thành viên tìm kiếm sự đồng cảm, thoải mái, chia sẻ về cuộc đấu tranh trong từng tình huống cụ thể. Mọi người gắn kết với nhau một cách tự nhiên, xây dựng hệ sinh thái, nguồn lực, cho lời khuyên và hướng dẫn lẫn nhau vượt qua khoảng thời gian khó khăn”, Nicholette Leanza, nhà trị liệu tâm lý tại LifeStance Health ở Ohio dự đoán các xu hướng chăm sóc sức khỏe tâm thần trong năm 2024.

Leanza cũng dự đoán trong tương lai, mọi người đặc biệt ưu tiên sức khỏe tinh thần tại nơi làm việc. Xu hướng này do thế hệ Gen Z dẫn đầu. Họ có thể sử dụng các ngày nghỉ phép, nghỉ ốm để giải quyết những cơn lo lắng, tập trung vào sức khỏe tâm thần, tham gia chương trình điều trị ngoại trú chuyên sâu...

Năm 2024 cũng là năm WHO kêu gọi 1,5 tỷ USD để tăng cường hỗ trợ hàng chục triệu người trong những tình huống khẩn cấp về sức khỏe.

Theo AFP, WHO cảnh báo gần 300 triệu người trên toàn cầu dự kiến cần được hỗ trợ nhân đạo ở năm 2024. Trong số đó, ước tính 166 triệu người sẽ cần hỗ trợ y tế nhân đạo. Tổng Giám đốc WHO Tedros Adhanom Ghebreyesus cho biết, cơ quan đặt mục tiêu tiếp cận khoảng 87 triệu người trong những trường hợp đòi hỏi phản ứng cao nhất như xung đột, biến đổi khí hậu, bất ổn kinh tế, tình trạng di cư, đói ăn và bất bình đẳng. Điều này sẽ đòi hỏi khoản hỗ trợ lên đến 1,5 tỷ USD. “Bước sang năm 2024, WHO đã ứng phó với 41 cuộc khủng hoảng y tế, bao gồm 15 trường hợp khẩn cấp ở mức cao nhất”, ông Tedros Adhanom Ghebreyesus nói.

Khoản hỗ trợ năm 2024 sẽ tạo điều kiện cho hoạt động chăm sóc sức khỏe, phân phối vật tư và thiết bị y tế quan trọng, duy trì các dịch vụ y tế thiết yếu để có thể bảo đảm quá trình chăm sóc liên tục. 1,5 tỷ USD cũng sẽ được sử dụng để đẩy mạnh khả năng tiếp cận trực tiếp dịch vụ chăm sóc sức khỏe đối với những cộng đồng nghèo khổ, hợp tác với các tổ chức địa phương và phản ứng hiệu quả để theo dõi, chia sẻ và ghi lại các đợt bùng phát dịch bệnh. Cùng với đó là việc duy trì những hệ thống chăm sóc sức khỏe hiện có và xây dựng khả năng phục hồi trước các mối đe dọa trong tương lai.

Với sự chung tay của các bên tài trợ, WHO sẽ đáp ứng các nhu cầu sức khỏe đối với những người dễ bị tổn thương nhất, giúp cộng đồng vượt qua khủng hoảng để giải quyết các mối đe dọa sức khỏe trong tương lai.

**Quyền được bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của người dân luôn được ưu tiên hàng đầu**

Trong bối cảnh như vậy, Ngày Sức khỏe Thế giới 7/4 năm 2024, chủ đề được WHO lựa chọn là “Sức khỏe của tôi, quyền của tôi”, cho thấy tầm quan trọng của việc bảo đảm thực thi quyền cơ bản của mỗi con người về sức khỏe.

Theo WHO, tiêu chuẩn cao nhất có thể đạt được sức khỏe là quyền cơ bản của mỗi con người về sức khỏe. Quyền về sức khỏe bao gồm khả năng tiếp cận dịch vụ y tế kịp thời, đáp ứng được với chi phí phải chăng và chất lượng phù hợp. Quyền về sức khỏe có nghĩa rằng các Chính phủ phải tạo ra các điều kiện mà trong đó tất cả mọi người có thể càng khỏe mạnh càng tốt. Với điều kiện như bảo đảm tính sẵn có của các dịch vụ chăm sóc sức khỏe, điều kiện làm việc lành mạnh và an toàn, nhà ở thích hợp và thức ăn đủ dinh dưỡng.

Hiện nay, hàng năm trên thế giới có khoảng 150 triệu người gặp thảm họa về tài chính và đây 100 triệu người xuống dưới mức nghèo khổ như là một hậu quả tất yếu của việc tiêu dùng cho y tế vượt quá khả năng chi trả. Các nhóm dễ bị tổn thương và bị gạt ra bên lề xã hội có xu hướng gặp phải các vấn đề về sức khỏe nhiều hơn so với các nhóm khác. Vì thế, vấn đề quyền cơ bản của mỗi con người về sức khỏe lại càng phải được coi trọng.

Tại Việt Nam, những chính sách của Đảng và Nhà nước cho thấy quyền và lợi ích

của người dân luôn được ưu tiên, người dân được bình đẳng, tạo điều kiện thuận lợi để tiếp cận các dịch vụ y tế, chăm sóc sức khỏe. Điều 20 Hiến pháp năm 2013 quy định: “Mọi người có quyền bất khả xâm phạm về thân thể, được pháp luật bảo hộ về sức khỏe, danh dự và nhân phẩm; không bị tra tấn, bạo lực, truy bức, nhục hình hay bất kỳ hình thức đối xử nào khác xâm phạm thân thể, sức khỏe, xúc phạm danh dự, nhân phẩm”.

Trong 3 năm xảy ra đại dịch COVID-19, quyền được chăm sóc về sức khỏe của người dân Việt Nam được thể hiện rõ nét. Mọi người dân đều được tiếp cận với các thông tin cũng như cơ sở, dịch vụ y tế, được tiêm vắc-xin miễn phí theo đúng lộ trình và được điều trị miễn phí. Đây là một nỗ lực rất đáng ghi nhận của Việt Nam trong bối cảnh bệnh nhân mắc COVID-19 ở nhiều quốc gia trên thế giới phải tự chi trả mọi chi phí. Từ đây, có thể thấy, việc những năm qua, Việt Nam được cộng đồng quốc tế ghi nhận nhiều thành tựu nổi bật về nhân quyền, trong đó quyền được bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của người dân là hoàn toàn có cơ sở.

Tính đến năm 2021, Việt Nam đã phê chuẩn, gia nhập 7/9 công ước cơ bản của Liên hợp quốc về quyền con người và là thành viên tích cực của cộng đồng quốc tế trong việc bảo đảm các vấn đề về nhân quyền. Trong các thành tựu về quyền con người của Việt Nam, quyền được bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của người dân luôn được ưu tiên hàng đầu, người dân được tạo mọi điều kiện để tiếp cận các thông tin, dịch vụ y tế chăm sóc sức khỏe một cách thuận tiện và hiệu quả với tinh thần đặt sức khỏe, tính mạng của Nhân dân lên trên hết, trước hết.

Bên cạnh đó, quyền được bảo vệ, chăm sóc sức khỏe của người dân được ghi nhận trong nhiều đạo luật như: Luật Bảo vệ sức khỏe nhân dân, Luật Khám chữa bệnh, Luật Bảo hiểm y tế... Đây là những cơ sở pháp lý quan trọng để bảo đảm việc thực hiện quyền chăm sóc sức khỏe của toàn dân và với một hệ thống các văn bản pháp luật hỗ trợ, quyền được bảo vệ và chăm sóc sức khỏe tại Việt Nam đã được thực hiện thông qua nhiều cách tiếp cận khác nhau như: đầu tư nguồn lực cho y tế luôn được Chính phủ quan tâm; dịch vụ công và y tế cũng có nhiều cải tiến, phần lớn người dân cảm thấy hài lòng; tỷ lệ bao phủ bảo hiểm y tế hơn 90% số dân; trẻ em dưới 6 tuổi không phải đóng các khoản phí tham gia bảo hiểm y tế và được làm thẻ bảo hiểm y tế miễn phí... **HỒNG MINH**

## CHĂM LO CHO SỨC KHỎE

Được xác định là một trong những nhiệm vụ trọng tâm để nâng cao hiệu quả hoạt động, chất lượng dịch vụ ngành Y tế, những năm qua công tác cải cách hành chính đã được triển khai và thực hiện đồng bộ nhiều nội dung quan trọng. Nhờ đó đã có những thay đổi tích cực trong hệ thống y tế từ trung ương đến cơ sở, góp phần nâng cao chất lượng khám, chữa bệnh cho Nhân dân.

## Chú trọng cải cách hành chính

Thời gian qua, công tác bảo vệ, chăm sóc, nâng cao sức khỏe Nhân dân cả nước đạt kết quả đáng tự hào cùng các thành tựu quan trọng trong công tác y tế dự phòng, khám bệnh, chữa bệnh, trang thiết bị y tế... Các chỉ số sức khỏe của người dân Việt Nam được nâng lên rõ rệt, tốt hơn so với nhiều nước có cùng mức thu nhập bình quân đầu người và được cộng đồng quốc tế đánh giá là điểm sáng trong thực hiện các Mục tiêu phát triển bền vững của Liên hợp quốc.

Song song với thành công trên, công tác cải cách hành chính trong lĩnh vực y tế đã đạt được kết quả khá toàn diện và nổi bật, góp phần quan trọng nâng cao hiệu lực, hiệu quả hoạt động, chất lượng dịch vụ ngành Y tế. Những năm qua, ngành Y tế tiếp tục hoàn thiện cơ cấu tổ chức bộ máy bảo đảm tinh gọn, giảm đầu mối, hiệu lực, hiệu quả về quản lý nhà nước trong các lĩnh vực được Chính phủ giao.

Theo Báo cáo số 1579/BC-BYT ngày 20/12/2023 của Bộ Y tế, năm 2023 là điểm sáng về cải cách hành chính trong toàn ngành. Cải cách thể chế, thủ tục hành chính, tổ chức bộ máy, nâng cao chất lượng đội ngũ công chức, viên chức; hiện đại hóa nền hành chính trong nhiệm vụ công tác... là một trong những nhiệm vụ đã được triển khai và có kết quả nổi bật.

Đáng chú ý, Bộ Y tế đã hoàn thành tốt công tác đẩy mạnh cải cách thủ tục hành chính, cải thiện môi trường kinh doanh gắn với chuyển đổi số. Tính từ năm 2021 đến nay, Bộ Y tế xếp thứ 1 trong số 18 Bộ, ngành về cắt giảm thủ tục hành chính, nhờ đó đã tạo thuận lợi trong công tác khám, chữa bệnh, nâng cao sức khỏe của người dân.

Trong năm 2023, Bộ Y tế ban hành 16 quyết định công bố sửa đổi, bổ sung, bãi bỏ thủ tục hành chính; công bố mới 17 thủ

# Đẩy mạnh cải cách hành chính gắn với chuyển đổi số

Y TẾ VIỆT NAM:



● Hướng tới sứ mệnh lấy người bệnh làm trung tâm, công tác cải cách hành chính được đặt ra cấp thiết hơn bao giờ hết.

(Ảnh: Tiên Giang)



● Chuyển đổi số đem lại kết quả quan trọng trong công tác cải cách hành chính.

(Ảnh: TTXVN)

tục; sửa đổi, bổ sung 127 thủ tục; bãi bỏ 45 thủ tục. Số thủ tục hành chính thuộc phạm vi quản lý của Bộ đã ban hành và công bố, công khai trên Cơ sở dữ liệu quốc gia. 100% tổ chức, cá nhân đều hài lòng khi giải quyết thủ tục hành chính tại các đơn vị của Bộ Y tế.

Tính đến 30/11/2023, Bộ Y tế đã triển khai thực hiện 23/163 phương án đã được Chính phủ phê duyệt (đạt 14,1%). Hiện các đơn vị của Bộ Y tế đang tiếp tục xây dựng để ban hành theo thẩm quyền hoặc trình cấp có thẩm quyền ban hành các văn bản quy phạm pháp luật thực thi phương án cắt giảm, đơn giản hóa quy định liên quan đến hoạt động kinh doanh thuộc phạm vi chức năng quản lý của Bộ Y tế theo quy định.

Từ số liệu thực tế, mỗi năm Bộ Y tế nhận và giải quyết hơn 166.000 hồ sơ thủ tục trong khi công tác khám, chữa bệnh ngày càng tăng cao. Là một trong những khâu có ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng dịch vụ ngành Y tế, công tác cải cách thủ tục hành chính được thực hiện hiệu quả không chỉ góp

phần giảm gánh nặng cho bộ máy y tế nói chung và đội ngũ y, bác sĩ, cán bộ y tế nói riêng mà còn tạo sự hài lòng cho người dân.

Bên cạnh đó, với việc cắt giảm, đơn giản hoá quy định thủ tục hành chính và quy định về điều kiện kinh doanh, Bộ Y tế đã góp phần giúp cho các doanh nghiệp được, trang thiết bị y tế tiết kiệm được hơn 570 tỷ đồng trong 10 tháng đầu năm 2023. Đây là thông tin được đưa ra trong buổi Tọa đàm lấy ý kiến về thủ tục hành chính của Bộ Y tế.

Mới đây, Bộ Y tế tiếp tục bãi bỏ nhiều thủ tục hành chính trong công tác khám và cấp giấy khám sức khoẻ cho phù hợp với Luật Khám bệnh, chữa bệnh năm 2023. Thủ tục cấp giấy khám sức khỏe cho người lái xe; Khám sức khỏe định kỳ của người lái xe ô tô; Cấp giấy chứng nhận sức khỏe cho thuyền viên làm việc trên tàu biển Việt Nam; Khám sức khỏe định kỳ cho thuyền viên làm việc trên tàu biển Việt Nam... là những thủ tục trong danh mục thủ tục hành chính bị Bộ Y tế

bãi bỏ theo Quyết định mới nhất của Bộ.

## Đẩy mạnh bằng chuyển đổi số

Về cơ bản, đến thời điểm hiện tại công tác cải cách hành chính của Bộ Y tế đã có những tiến bộ khi hoàn thành các chỉ tiêu mà Chính phủ giao trong các Nghị quyết, song, vẫn còn chưa đáp ứng thỏa đáng được yêu cầu của các Sở Y tế, các doanh nghiệp và người dân do còn nhiều khó khăn, vướng mắc. Bộ Y tế cần tiếp tục nỗ lực, đẩy mạnh hơn nữa trong việc nâng cao hiệu quả thực tế cải cách hành chính.

Một trong những giải pháp quan trọng giải quyết được “bài toán” trên phải nhắc đến chuyển đổi số trong lĩnh vực y tế. Trong thời đại 4.0, hiện đại hóa hành chính là xu hướng không thể phủ nhận trong bối cảnh cách mạng khoa học công nghệ phát triển mạnh mẽ như hiện nay. Việc ứng dụng công nghệ vào hoạt động hành chính nhà nước nói chung, quản lý nhà nước về y tế nói riêng không chỉ làm tăng năng suất lao động mà còn góp phần quan trọng làm thay đổi phương thức làm việc của cán bộ, công chức hướng tới một môi trường hành chính hiện đại, cải cách.

Nhận thức rõ tầm quan trọng của công tác chuyển đổi số, cải cách hành chính trong công tác khám, chữa bệnh, trong thời gian qua, ngành Y tế đã tích cực đưa ra các giải pháp đẩy mạnh ứng dụng công nghệ thông tin, phát triển chính quyền số, xã hội số vào các hoạt động quản lý, khám,

chữa bệnh một cách toàn diện, nhờ đó đã có những thay đổi tích cực trong hệ thống y tế từ Trung ương đến cơ sở, góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc sức khỏe cho người dân.

Để dàng nhận thấy, việc ứng dụng công nghệ thông tin chắc chắn sẽ nâng cao chất lượng khám, chữa bệnh, mang lại sự hài lòng cho người dân. Hiệu quả ứng dụng công nghệ thông tin dễ thấy nhất ở các khâu tiếp đón, thanh toán viện phí, bởi nó giúp giảm đáng kể thời gian chờ đợi thủ tục. Việc ứng dụng công nghệ thông tin giúp cho các khâu nói trên thuận lợi, nhanh, chính xác và đặc biệt minh bạch. Khi cắt giảm các thủ tục rườm rà về tài chính, các bác sĩ, nhân viên y tế chỉ tập trung cho khám, chữa bệnh, từ đó chất lượng khám, chữa bệnh sẽ tốt hơn, người bệnh sẽ hài lòng hơn.

Tiếp đó, tập trung rà soát tổng thể nhiệm vụ xây dựng, kết nối liên thông dịch vụ công thông tin của Bộ Y tế với Cổng dịch vụ công Quốc gia. Hoàn thiện và đẩy mạnh hoạt động của Mạng thông tin điện tử hành chính của Chính phủ trên Internet. Đẩy mạnh ứng dụng công nghệ thông tin trong hoạt động của cơ quan hành chính nhà nước; bảo đảm dữ liệu điện tử phục vụ hầu hết các hoạt động trong các cơ quan, đơn vị sự nghiệp trong lĩnh vực y tế; hầu hết các giao dịch của các cơ quan hành chính nhà nước được thực hiện trên môi trường điện tử mọi lúc, mọi nơi, dựa trên các ứng dụng truyền thông đa phương tiện. Cụ thể như đẩy mạnh giải quyết thủ tục hành chính trên môi trường điện tử; chuẩn hóa, điện tử hóa quy trình nghiệp vụ xử lý hồ sơ; số hóa kết quả thủ tục hành chính để nâng cao tính công khai, minh bạch, rút ngắn thời gian, tiết kiệm chi phí...

Cải cách hành chính là nhiệm vụ trọng tâm, xuyên suốt và là yếu tố quyết định góp phần thực hiện thắng lợi các chỉ tiêu y tế; bảo đảm thực hiện lấy người bệnh làm trung tâm và góp phần nâng cao chất lượng dịch vụ y tế, dịch vụ khám, chữa bệnh. Do đó, ngành Y tế cần tiếp tục đánh giá các tác động đối với quá trình cải cách hành chính, triển khai thực hiện hiệu quả, đúng thời hạn cũng như đẩy mạnh chuyển đổi số nhằm đem lại nhiều kết quả quan trọng trong công tác cải cách hành chính của ngành trong thời gian tới. **TUỆ ANH**

**CHĂM LO CHO SỨC KHỎE**

# Già hóa dân số - thách thức trong chăm sóc sức khỏe người cao tuổi

Là nền tảng cho sự phát triển bền vững của một quốc gia, dân số được coi là yếu tố cơ bản để nâng cao chất lượng cuộc sống của từng người, từng gia đình và của toàn xã hội. Trước quá trình già hóa dân số đang diễn ra nhanh chóng, điều tra dân số chính xác, kịp thời sẽ là cơ sở giúp Việt Nam chuẩn bị sẵn sàng cho công tác chăm sóc sức khỏe người dân.

## Điều tra dân số: chính xác, kịp thời

Sáng 1/4, Tổng cục Thống kê đã tổ chức Lễ ra quân Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ năm 2024. Phạm vi điều tra tại 63 tỉnh, thành phố trên cả nước, thời điểm điều tra từ 0 giờ ngày 1 đến ngày 30/4/2024. Đây là một cuộc điều tra chọn mẫu với mục tiêu đánh giá tình hình thực hiện Kế hoạch phát triển kinh tế - xã hội thời kỳ 2021 - 2025; xây dựng chính sách, lập kế hoạch dân số và nhà ở phục vụ lập Kế hoạch phát triển kinh tế - xã hội thời kỳ 2026 - 2030; giám sát thực hiện các Mục tiêu phát triển bền vững của Liên hợp quốc mà Chính phủ Việt Nam đã cam kết.

Cùng với đó, cuộc điều tra cung cấp số liệu về quy mô dân số đến cấp huyện 5 năm sau Tổng điều tra dân số và nhà ở năm 2019. Qua đó làm cơ sở rà soát, hiệu chỉnh số liệu dân số hàng năm giai đoạn 2020 - 2024; cập nhật kho dữ liệu dân số và nhà ở do Tổng cục Thống kê quản lý phục vụ nghiên cứu, phân tích và dự báo quá trình phát triển dân số và nhà ở giữa hai kỳ Tổng điều tra trên phạm vi cả nước và từng địa phương; đáp ứng yêu cầu so sánh quốc tế.

Ngoài hai mục đích chính trên, do quy mô mẫu đủ lớn nên kết quả Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ 2024 sẽ được sử dụng để tiến hành các phân tích chuyên sâu về sự chuyển dịch nhân khẩu học ở Việt Nam, xu hướng già hóa dân số, vấn đề lựa chọn giới tính khi sinh, tình trạng sử dụng nhà ở và điều kiện sống của người dân.

So với các cuộc điều tra trước về dân số, Điều tra dân số giữa kỳ 2024 có một số điểm mới, gồm: kết quả Điều tra dân số giữa kỳ 2024 góp phần thực hiện Đề án 06; đối tượng điều tra có sự thay đổi; Điều tra dân số giữa kỳ 2024 có quy mô mẫu lớn; kết hợp phương pháp thu thập thông tin trực tiếp và gián tiếp; sử dụng kết hợp công cụ thu thập thông tin là phiếu điều tra điện tử và phiếu điều tra in trên giấy. Ngoài ra còn một số điểm mới liên quan đến an toàn, bảo mật thông tin, xử lý, tích hợp kết quả và một số khâu khác của cuộc điều tra.



● Lễ ra quân Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ năm 2024. (Ảnh: Báo ND)

*Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ năm 2024 là cuộc điều tra chọn mẫu thuộc Chương trình điều tra thống kê quốc gia, ban hành theo Quyết định số 03/2023/QĐ-TTg ngày 15/02/2023 của Thủ tướng Chính phủ.*

Chia sẻ với truyền thông, bà Nguyễn Thị Hương - Tổng cục trưởng Tổng cục Thống kê cho biết: “Một trong những điểm mới đáng chú ý, đó là người có quốc tịch nước ngoài lần đầu tiên được đưa vào là đối tượng điều tra”. Việc bổ sung đối tượng điều tra là người có quốc tịch nước ngoài nhằm bảo đảm các tiêu chuẩn thống kê và khuyến nghị của quốc tế về thống kê dân số, cũng như thực hiện các mục tiêu phát triển bền vững để “không ai bị bỏ lại phía sau”.

Cũng từ điểm mới đưa người có quốc tịch nước ngoài vào là đối tượng điều tra nên ngoài phương pháp thu thập thông tin phỏng vấn trực tiếp như các cuộc điều tra trước đây, Điều tra dân số giữa kỳ 2024 còn kết hợp phương pháp gián tiếp và sử dụng phiếu điều tra in trên giấy, áp dụng đối với những hộ mà toàn bộ thành viên là người nước ngoài, không giao tiếp được bằng tiếng Việt.

Với mục tiêu chính xác, kịp thời, đúng tiến độ, ngành Thống kê cả nước đang tập trung triển khai cuộc điều tra dân số và nhà ở. Đặc biệt với yêu cầu quan trọng về nâng cao chất lượng thông tin điều tra, việc ứng dụng triệt để công nghệ thông tin trong điều tra đã được nghiên cứu và áp dụng sẽ giúp điều tra viên thống kê thu thập thông tin được thuận lợi và kiểm tra số liệu ngay trong quá trình thu thập thông tin. Tuy vậy,



● Với mục tiêu chính xác, kịp thời, đúng tiến độ, ngành Thống kê cả nước đang tập trung triển khai cuộc Điều tra dân số và nhà ở. (Ảnh: TTXVN)

công nghệ và máy móc chỉ là công cụ hỗ trợ, để bảo đảm chất lượng điều tra, thì yếu tố quan trọng nhất vẫn là kiến thức, kỹ năng và sự tuân thủ nghiêm túc quy trình điều tra của điều tra viên thống kê.

## Chuẩn bị trước biến động về dân số

Vừa là mục tiêu, vừa là động lực cho sự phát triển và thịnh vượng của mỗi quốc gia, dân tộc, vì vậy vấn đề dân số luôn được Đảng và Nhà nước quan tâm hàng đầu. Trong bối cảnh Việt Nam là quốc gia đông dân thứ 15 trên thế giới với dân số trên 100 triệu người, cuộc Điều tra dân số và nhà ở giữa kỳ năm 2024 đóng một vai trò quan trọng vào thời điểm này. Trước những thay đổi đáng kể về nhân khẩu học diễn ra

nhau, cuộc điều tra sẽ thu thập những dữ liệu quan trọng chưa có trong cơ sở dữ liệu dân số hiện tại hoặc các nguồn dữ liệu hành chính khác, như lịch sử sinh sản của phụ nữ, tử vong, di cư, mất cân bằng giới tính khi sinh, khuyết tật, hôn nhân/tảo hôn, trình độ học vấn, lực lượng lao động và nhà ở.

Đặc biệt, trước tình hình già hóa dân số diễn ra nhanh chóng tại nước ta từ đó sẽ kéo theo nhiều vấn đề về chăm sóc sức khỏe người dân, nhất là chăm sóc người cao tuổi. Là nhóm người chiếm tỷ trọng đáng kể trong cơ cấu dân số nước ta và là một trong những nhóm người dễ tổn thương trong xã hội, người cao tuổi cần được bảo vệ và chăm sóc sức khỏe toàn diện. Vì vậy, các thông tin từ cuộc Điều tra dân số và nhà ở có ý

nghĩa vô cùng to lớn, góp phần giúp nước ta có thể chuẩn bị tốt hơn cũng như có cơ hội tiếp thu, học hỏi kinh nghiệm của các quốc gia đi trước trên thế giới để góp phần nâng cao chất lượng, hiệu quả công tác chăm sóc sức khỏe cho người dân thời gian tới.

Hiện nay, nước ta có khoảng 12,5 triệu người cao tuổi, với 67% người cao tuổi sống ở nông thôn, là nông dân làm nông nghiệp. Với trên 70% người cao tuổi phải tự lao động kiếm sống cùng với sự hỗ trợ của con cháu và gia đình, chỉ có hơn 25,5% người cao tuổi sống bằng lương hưu hay trợ cấp xã hội. 70% người cao tuổi không có tích lũy vật chất; 62,3% thuộc diện khó khăn, thiếu thốn, chủ yếu ở khu vực nông thôn... Có thể thấy, đời sống vật chất của người cao tuổi ở Việt Nam hiện nay còn nhiều khó khăn.

Trong khi, trung bình mỗi người cao tuổi mắc tới trên 3 bệnh lý như: đái tháo đường, tăng huyết áp, thoái hóa khớp, Parkinson, sa sút trí tuệ, đột quỵ... (thống kê của Bệnh viện Lão khoa Trung ương). Vì vậy, đối với người cao tuổi, chăm sóc y tế là điều quan trọng nhất. Tuy nhiên, hệ thống chăm sóc sức khỏe hiện nay chưa đáp ứng được nhu cầu ngày càng tăng cao của người cao tuổi. Trước thực trạng trên, ngành Y tế cần đáp ứng càng sớm càng tốt nhu cầu khám, chữa bệnh của người cao tuổi với chất lượng ngày càng cao, chi phí và hình thức phù hợp.

Trả lời với truyền thông, TS. BS. Nguyễn Trung Anh, Giám đốc Bệnh viện Lão khoa Trung ương, Phó Chủ tịch Hội Lão khoa Việt Nam cho rằng: “Thực trạng hệ thống dịch vụ y tế cho người cao tuổi tại Việt Nam cần sự củng cố để đáp ứng với thực trạng người cao tuổi hiện nay. Việc tăng cường chuyên môn và nhân lực trong điều trị và chăm sóc sức khỏe người cao tuổi là nhu cầu cấp thiết”.

Đến nay, mặc dù đã đạt được những kết quả bước đầu trong công tác chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi. Tuy nhiên, trước bài toán dân số với tốc độ già hóa dân số như hiện nay, Đảng và Nhà nước, mà cụ thể là ngành Y tế cần có cơ chế, chính sách cũng như chương trình mở rộng mạng lưới các cơ sở y tế, tăng cường trang thiết bị, đào tạo nguồn nhân lực chuyên sâu cho công tác khám, chữa bệnh và điều trị cho người cao tuổi. Đồng thời, phải chuẩn bị điều kiện để thích ứng với dân số già và cần bắt đầu thực hiện các giải pháp cơ bản để nước ta đi trước đón đầu.

**LINH CHI**

*Việt Nam là quốc gia có tốc độ già hóa dân số nhanh so với thế giới, dự báo đến năm 2050, tỷ lệ người từ độ tuổi 60 trở lên tăng hơn 25%; đặc biệt, năm 2036 sẽ bắt đầu thời kỳ dân số già với sự chuyển dịch từ xã hội “già hóa” sang xã hội “già”. Như vậy, giai đoạn quá độ từ già hóa dân số đến dân số già tại nước ta chỉ diễn ra trong vòng 20 năm, trong khi ở các quốc gia phát triển thì kéo dài hàng trăm năm. Với tốc độ này, công tác chăm sóc người cao tuổi sẽ là thách thức rất lớn, cả với xã hội và hệ thống y tế.*

## CHĂM LO CHO SỨC KHỎE

## “Bóng ma” ám ảnh sức khỏe người Việt

**Bệnh không lây nhiễm là một trong những vấn đề sức khỏe lớn nhất hiện nay, cả trên toàn cầu và ở Việt Nam. Làm thế nào để phòng, chống bệnh không lây nhiễm một cách hiệu quả, hạn chế tối đa những hậu quả thương tâm mà các căn bệnh này để lại trong đời sống vẫn luôn là câu hỏi lớn cho ngành Y tế Việt Nam.**

**Bệnh không lây nhiễm tàn phá sức khỏe người dân**

Theo định nghĩa được Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) đưa ra, bệnh không lây nhiễm “là các bệnh không lây, còn được gọi là bệnh mãn tính, không lây từ người sang người. Bệnh tiến triển trong thời gian dài và chậm”. Bệnh không lây nhiễm bao gồm bệnh tim mạch, ung thư, đái tháo đường, bệnh hô hấp mạn tính. Ngoài ra, còn có một số bệnh không lây nhiễm khác như bệnh thận mạn tính, bệnh gan mạn tính, bệnh tuyến giáp, bệnh gút, bệnh Parkinson, bệnh Alzheimer và các rối loạn tâm thần...

Một số đặc điểm chính của bệnh không lây nhiễm là nguyên nhân phức hợp, nhiều yếu tố nguy cơ, không có nguồn gốc nhiễm trùng, khởi phát từ từ, tiến trình bệnh kéo dài, điều trị dai dẳng và để lại hậu quả với bệnh nhân và xã hội.

Theo WHO, loại bệnh này là nguyên nhân gây ra khoảng 41 triệu người tử vong mỗi năm, chiếm 71% tổng số tử vong trên toàn cầu. Tại Việt Nam, thống kê cho thấy hiện nay, ước tính cả nước hiện có hơn 20 triệu người mắc các bệnh không lây nhiễm và con số này đang tiếp tục gia tăng, bệnh không lây nhiễm cũng chiếm khoảng 81% tổng số tử vong trên cả nước.

Phát biểu tại một hội thảo khoa học quốc tế về phòng, chống các bệnh không lây nhiễm tại Việt Nam năm ngoái, Cục trưởng Cục Quản lý Khám, chữa bệnh, Bộ Y tế Lương Ngọc Khuê cho biết, theo WHO, sau đại dịch COVID-19, chúng ta sẽ đối mặt với đại dịch các bệnh không lây nhiễm. Do đó, bên cạnh việc



● **Bia, rượu, lối sống không lành mạnh chính là một trong những nguyên nhân dẫn đến gia tăng các bệnh không lây nhiễm.** (Nguồn: VNE)

phòng các bệnh truyền nhiễm mới nổi như COVID-19..., các nước cần tập trung phòng, điều trị bệnh không lây nhiễm như tim mạch, ung thư, đái tháo đường, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, bệnh tâm thần.

Theo ông Khuê, báo cáo của các bệnh viện cho thấy 65 - 75% người bệnh nội trú là mắc các bệnh không lây nhiễm. Các bệnh viện, khoa điều trị ung thư, hô hấp, tim mạch đều rất đông bệnh nhân. Sức khỏe tâm thần cũng đang là thách thức rất lớn.

Trả lời truyền thông, Tiến sĩ Trần Quốc Bảo (Cục Y tế dự phòng, Bộ Y tế) đưa ra số liệu: Trong các bệnh không lây nhiễm, những bệnh chiếm tỷ lệ tử vong cao là: Tim mạch (39,5%), ung thư (15,9%), bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (6,2%), đái tháo đường (4,7%), rối loạn tâm thần kinh (5,2%)...

Các nguyên nhân dẫn đến bệnh không lây nhiễm thường được thống kê là môi trường ô nhiễm, thói quen sống không lành mạnh, ít vận động, yếu tố di truyền, tuổi tác...

Tại Việt Nam, trong số các nguyên nhân, nổi cộm là những nguyên nhân đến từ lối sống không lành mạnh của người Việt. Là nước xếp thứ 9 thế giới về mức tiêu thụ bia với hơn 4 triệu kilô lít (1 kilô lít tương đương với 1.000 lít - PV) trong năm 2020, lượng bia tiêu thụ với hơn 3,8 triệu kilô lít, chiếm 2,2% toàn cầu, cùng với đó là 38,9% nam giới trên 15 tuổi tại



● **Y tế dự phòng có vai trò quan trọng trong công tác phòng, chống bệnh không lây nhiễm.** (Nguồn: LĐ)

Việt Nam hút thuốc, chính những thói quen cực kỳ độc hại này đã góp phần dẫn đến hàng loạt các bệnh ung thư, bệnh phổi mạn tính, đột quỵ não, tim mạch... ở người dân.

Đặc biệt, những năm gần đây, tỉ lệ đột quỵ ở người trẻ tuổi đang có dấu hiệu tăng. Không ít ca đột quỵ là những người trẻ chỉ mới 18 - 20 tuổi, sức khỏe bình thường. Mới đây, Trung tâm Đột quỵ Bệnh viện Bạch Mai liên tục quá tải cấp cứu bệnh nhân đột quỵ. Trong đó, có đêm trung tâm tiếp nhận 6 ca đột quỵ đều là người trẻ tuổi. PGS.TS Mai Duy Tôn, Giám đốc Trung tâm Đột quỵ Bệnh viện Bạch Mai, cũng đã đưa ra cảnh báo, đột quỵ ngày càng trẻ hóa, người trẻ cũng cần tầm soát nguy cơ đột quỵ sớm.

Có thể nói, các bệnh không lây nhiễm đã gây ra những hậu quả đau thương cho sức khỏe,

tính mạng người dân, khiến nhiều gia đình chịu đau khổ. Nó cũng đang là nguyên nhân trực tiếp gây nên tình trạng quá tải bệnh viện, gia tăng nghèo đói và áp lực lên sự phát triển kinh tế, xã hội của đất nước.

**Mô hình bệnh tật thay đổi, cần có hành lang pháp lý hiệu quả**

Y tế dự phòng đóng vai trò quan trọng trong quản lý sức khỏe cộng đồng, phòng, chống các bệnh không lây nhiễm. Thống kê của Bộ Y tế cho thấy, giai đoạn 2011 - 2020, mô hình bệnh tật tại Việt Nam vẫn diễn biến theo xu hướng gia tăng ngày càng trầm trọng của các bệnh không lây nhiễm. Sự thay đổi mô hình bệnh tật với tình trạng gia tăng bệnh không lây nhiễm đã đặt ra cho tuyên y tế cơ sở những nhiệm vụ mới, không chỉ tập trung vào điều trị, mà quan trọng là thực hiện tốt việc quản lý sức khỏe, quản lý các nguy cơ dẫn đến bệnh tật, kiểm soát bệnh cho người dân ngay ở “đầu vào”.

Kết quả giám sát bước đầu của Đoàn giám sát chuyên đề của Quốc hội về “Việc huy động, quản lý và sử dụng nguồn lực phục vụ phòng, chống dịch COVID-19; việc thực hiện chính sách, pháp luật về y tế cơ sở, y tế dự phòng” năm 2023 cho thấy

một số điểm sáng của y tế dự phòng trong phòng ngừa bệnh không lây nhiễm, trong đó có nâng cao tuyên truyền thay đổi hành vi của cộng đồng, hành vi, lối sống của cá nhân. Bộ máy y tế dự phòng được tổ chức thành 4 cấp, bộ máy ngày càng được củng cố, sắp xếp, tinh gọn từ Trung ương tới địa phương, từng bước hoạt động có hiệu lực, hiệu quả, Tỷ lệ trạm y tế xã, phường, thị trấn thực hiện dự phòng, quản lý, điều trị một số bệnh không lây nhiễm tăng từ 56,7% năm 2016 lên 86,2% năm 2022, nhiều mô hình y tế dự phòng hiệu quả...

Tuy nhiên, về phía hành lang pháp lý, những năm qua công tác phòng, chống bệnh không lây nhiễm đã bộc lộ một số thiếu sót như các văn bản pháp luật tuy ban hành nhiều nhưng chưa tập trung; Chưa tạo hành lang pháp lý đầy đủ cho công tác y tế dự phòng, chưa có Luật để quản lý bệnh không lây nhiễm; Nhận diện phạm vi chức năng y tế dự phòng chưa có sự thống nhất giữa các địa phương; Hệ thống y tế dự phòng có nơi còn thiếu ổn định; Nguồn kinh phí để duy trì hoạt động quản lý bệnh không lây nhiễm thiếu so với nhu cầu thực tế; Chưa xây dựng được hệ thống thông tin, dữ liệu cần thiết của hệ thống giám sát, phòng, chống bệnh không lây nhiễm; Việc đầu tư cho y tế dự phòng tại cơ sở còn thấp...

Tiến sĩ Trần Quốc Bảo (Cục Y tế dự phòng, Bộ Y tế) đưa ra phân tích với truyền thông, có ba yếu tố quan trọng làm gia tăng các bệnh không lây nhiễm. Đó là các yếu tố ẩn (toàn cầu hóa, đô thị hóa, công nghiệp hóa, già hóa dân số); yếu tố hành vi (hút thuốc lá, uống rượu, bia, dinh dưỡng không hợp lý, thiếu hoạt động thể lực); yếu tố trung gian (thừa cân, béo phì, tăng huyết áp, rối loạn đường máu, rối loạn lipid máu...). Trên cơ sở xác định được các yếu tố đó thì có những giải pháp phù hợp, từ việc hoàn thiện chính sách vĩ mô, luật, quy định đến kiểm soát yếu tố nguy cơ, thay đổi hành vi; phát hiện sớm, quản lý, dự phòng những người tiền bệnh, nguy cơ cao; quản lý điều trị, chăm sóc người mắc bệnh không lây nhiễm.

Về phần người dân, các chuyên gia y tế đưa ra lời khuyên, có rất nhiều yếu tố nguy cơ của bệnh không lây nhiễm, thực ra có rất nhiều, trong đó có những yếu tố không thay đổi được. Để phòng tránh tốt nhất sự xuất hiện của các bệnh không lây nhiễm, người dân nên thực hiện tốt việc giảm thiểu các yếu tố nguy cơ này bằng các biện pháp như: Bỏ thuốc lá; tăng cường vận động thể lực, tích cực tham gia thể dục thể thao; hạn chế rượu, bia và có chế độ ăn uống hợp lý, lành mạnh... **TRẦN TRẦN**

Nhằm giải quyết những thách thức từ thực trạng diễn tiến của bệnh không lây nhiễm hiện nay ở nước ta, Quyết định số 376/2015/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ về “Chiến lược quốc gia phòng, chống bệnh ung thư, tim mạch, đái tháo đường, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, hen phế quản và các bệnh không lây nhiễm khác, giai đoạn 2015 - 2025” đã ra đời. Mục tiêu chung của Chiến lược là khống chế tốc độ gia tăng tiến tới làm giảm tỷ lệ người mắc bệnh tại cộng đồng, hạn chế tàn tật và tử vong sớm do mắc các bệnh không lây nhiễm, trong đó ưu tiên phòng, chống các bệnh ung thư, tim mạch, đái tháo đường, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính và hen phế quản nhằm góp phần bảo vệ, chăm sóc, nâng cao sức khỏe của Nhân dân và phát triển kinh tế, xã hội của đất nước. Trong đó, 4 mục tiêu cụ thể của Chiến lược được đặt ra bao gồm: Nâng cao nhận thức của các cấp chính quyền và hiểu biết của người dân; Giảm thiểu các hành vi nguy cơ chính; Hạn chế sự gia tăng tỷ lệ người tiến bệnh, mắc bệnh, tàn tật và tử vong sớm tại cộng đồng; Nâng cao năng lực và hiệu quả trong dự phòng, giám sát, phát hiện, điều trị các bệnh không lây nhiễm.

## CHĂM LO CHO SỨC KHỎE

### Thói quen xấu lên ngôi

Anh T.A.H., 38 tuổi, là nhân viên sửa chữa điện tại khu vực Tân Bình, TP Hồ Chí Minh. Cứ cuối tuần, H. cùng bạn bè hẹn nhau đến một quán chuyên kinh doanh thịt chó mèo ở khu vực Ông Tạ, Tân Bình để “lai rai” vài xị rượu với món nhậu yêu thích: Thịt chó. Khi được hỏi, có nhiều loại thực phẩm ngon, vì sao vẫn phải chọn thịt chó để ăn nhậu, H. cho biết vì thói quen, vì hương vị ngon khó bỏ, và vì “thịt chó với rượu để là không thể thay thế được”. Không chỉ thế, thời điểm vợ có bầu, H. còn thường xuyên mua đủ món thịt chó cho vợ ăn, vì H. được người thân sống ở Nam Định khuyên, cho vợ ăn thịt chó vừa mát vừa bổ, tốt cho con (!).

Còn anh T.H.D., 45 tuổi, sống ở Đắc Lắc thì lại có một sở thích khá “đặc biệt”, đó là nhậu thịt rừng. Giờ đây, các quán bán thịt rừng ở địa phương không còn, nhưng D. rất “giỏi” trong khoản tìm kiếm được thịt rừng làm mỗi nhậu. Anh lúng lúng trên mạng hoặc đặt hàng những người thợ đốn gỗ, tìm ong mật thì thoảng đem về cho mình vài con thú nhỏ như nhím, thỏ... để anh rú bạn bè đến làm bữa nhậu. Theo quan điểm của D., thịt rừng là của động vật hoang dã trong thiên nhiên, không bị chăn nuôi, ăn các thực phẩm gây hại, nên ăn bữa bữa vừa ngon.

Có nhiều lý do để đến nay, một bộ phận người dân vẫn yêu thích và thường xuyên ăn thịt các động vật như chó mèo nuôi, động vật hoang dã. Có người vì thói quen từ lâu, vì yêu thích, cảm thấy ngon, không

muốn bỏ. Còn có cả những quan niệm như ăn các loại thịt nói trên giúp tăng cường sức khỏe, thậm chí là “cường dương”, tăng cường sinh lý nam... Thậm chí, báo cáo tóm tắt tình trạng tiêu thụ thịt chó và mèo tại Việt Nam năm 2021 của Tổ chức phúc lợi động vật toàn cầu FOUR PAWS cho thấy, 57% những người tham gia phỏng vấn tin rằng họ không thể mắc bệnh do ăn thịt chó, trong khi 36% những người tham gia tin cũng tin rằng họ không thể mắc bệnh nếu ăn thịt mèo.

Theo Tổ chức Y tế Thế giới, hoạt động buôn bán, vận chuyển, giết mổ và tiêu thụ thịt chó là mối đe dọa tiềm ẩn đối với sức khỏe cộng đồng. Nhu cầu tiêu thụ là một trong những động lực chính thúc đẩy thị trường buôn bán và giết mổ thịt chó, mèo tiếp tục gia tăng. Thống kê của các tổ chức phúc lợi động vật quốc tế cho thấy, trung bình hàng năm có khoảng 5 triệu con chó và 1 triệu con mèo bị buôn bán và giết thịt tại Việt Nam.

Cạnh đó hiện nay, việc tiêu thụ, buôn bán động vật hoang dã là vi phạm pháp luật, thế nhưng, vẫn còn không ít chợ động vật hoang dã đang hoạt động công khai hoặc bán công khai tại các địa phương. Một số quán nhậu tại nhiều địa phương, trong thực đơn công khai hoặc dành cho khách “VIP”, vẫn có những món ăn chế biến từ động vật hoang dã như: cheo, sóc, nai, dơi... Thậm chí, hoạt động kinh doanh động vật hoang dã trở nên rầm rộ trên mạng xã hội. Trong năm 2023, Cơ sở dữ liệu của Trung tâm Giáo

dục thiên nhiên (ENV) đã ghi nhận 1.832 vụ việc vi phạm về động vật hoang dã (ĐVHD) trên Internet, bao gồm 8.358 vụ việc quảng cáo, buôn bán nhỏ lẻ và 118 trường hợp buôn bán có tính chất chuyên nghiệp.

### Hậu quả nghiêm trọng và giải pháp ngăn chặn

Cần phải khẳng định, ăn thịt chó mèo, động vật hoang dã không chỉ là thói quen, kém văn minh, đi ngược lại xu thế nhân loại, mà còn bởi điều này là nguyên nhân gây ra những ngộ độc, chứng bệnh truyền nhiễm nguy hiểm, gây mất an toàn cho đời sống cộng đồng.

Phân tích với báo chí về những quan niệm sai lầm trong việc ăn thịt chó, Phó giáo sư - tiến sĩ - bác sĩ Lâm Vĩnh Niên, Trưởng khoa Dinh dưỡng - Tiết chế, Bệnh viện Đại học Y dược TP Hồ Chí Minh cho biết: Thịt chó có giá trị dinh dưỡng tương tự như một số loại thịt như: thịt bò, thịt heo, thịt gà... Về việc thịt chó có tác dụng y học, làm tăng năng lực phái nam... những tác dụng này thực tế chưa có bằng chứng khoa học nào chứng minh hay khẳng định là đúng.

Các chuyên gia y tế cho rằng, ăn thịt chó mèo không những không có lợi cho sức khỏe mà rất nguy hại. Khi ăn thịt chó mèo chưa được kiểm tra về bệnh cũng như thịt chưa được chế biến phù hợp hoặc không được nấu chín kỹ thì rất có thể gây bệnh cho người ăn, như bệnh dại, một căn bệnh mà loài chó hay bị nhiễm và chưa có thuốc đặc trị. Khi không bảo quản tốt, thịt và nội tạng chó có thể phân hủy

dần, tạo điều kiện cho các vi khuẩn gây độc như: liên cầu khuẩn, tụ cầu khuẩn phát triển, khiến cho người ăn thịt và cả người làm thịt cũng dễ có nguy cơ nhiễm các vi khuẩn gây nhiễm trùng máu, có thể nguy hiểm tính mạng. Nếu ăn phải thịt trúng bả, người ăn có nguy cơ ngộ độc cấp.

Còn thông tin từ Viện An toàn Thực phẩm Việt Nam (FSI), ăn thịt chó, mèo có nguy cơ nhiễm ký sinh trùng, nhất là trứng và ấu trùng không phát triển thành giun trong ruột mà xâm nhập gan, phổi, phủ tạng khác. Thậm chí, chúng tấn công não, mắt... gây nhiều bệnh nguy hiểm cho người.

Cũng theo các chuyên gia y tế, thịt từ các loại động vật hoang dã cũng là nơi tiềm ẩn nhiều mầm bệnh nguy hiểm. Từ những năm 1980, thú rừng được nhiều chuyên gia y tế khuyến cáo là nguyên nhân của nhiều loại bệnh truyền nhiễm, gây tử vong cao. Cụ thể, cây hương truyền đại dịch SARS, loài dơi gây dịch Ebola, loài khỉ gây bệnh HIV/AIDS, các loài gia cầm gây bệnh cúm,...

Cạnh đó, còn có thể kể đến một số món ăn “nguy hiểm” mà người Việt vẫn chưa bỏ được, đó là ăn tiết canh, các loại thực phẩm biết có độc như cóc, cá nóc...

Theo quy định của Luật Thú y, quy định về sử dụng thịt gia súc, gia cầm làm thực phẩm phải đáp ứng quy định về kiểm dịch, kiểm soát giết mổ và an toàn thực phẩm. Hiện tại, pháp luật Việt Nam không cấm sử dụng thịt chó nhưng cũng không đưa loài chó vào danh mục vật nuôi để giết thịt làm thực phẩm cho con người.

Đồng thời, Chi thị số 5804/CT-BNN-TY của Bộ Nông nghiệp và Phát triển nông thôn, ra ngày 6/9/2022 về việc tập trung triển khai quyết liệt, đồng bộ các giải pháp phòng, chống bệnh dại trên động vật, trong đó nội dung thứ 5: “Tổ chức theo dõi, giám sát, ngăn chặn, xử lý tiêu hủy chó, mèo, sản phẩm chó, mèo vận chuyển trái phép từ nước ngoài vào Việt Nam; xử lý nghiêm các hành vi vận chuyển chó, mèo bất hợp pháp qua biên giới theo quy định; tổ chức kiểm soát vận chuyển chó, mèo trong nước theo quy định của Luật Thú y, các văn bản hướng dẫn thi hành Luật Thú y”.

Tại tọa đàm “Buôn bán và tiêu thụ thịt động vật nuôi (chó, mèo): Chính sách, thách thức và cơ hội” vào tháng 7/2023 do Ban Công tác đại biểu của Quốc hội tổ chức, ông Nguyễn Tuấn Anh, Phó Trưởng Ban Công tác đại biểu thuộc Ủy ban Thường vụ Quốc hội, cho biết hoạt động buôn bán và tiêu thụ thịt động vật nuôi (chó, mèo) là một vấn đề đang ngày càng thu hút được sự quan tâm của các cấp chính quyền và cộng đồng. Quản lý động vật nuôi nói chung và quy định về phúc lợi động vật cũng là những nội dung mà các cơ quan quản lý Nhà nước đã và đang đưa ra bàn thảo.

Theo ông Nguyễn Tuấn Anh, Việt Nam đã có khung pháp lý cho công tác này, tuy nhiên thực thi pháp luật vẫn còn nhiều bất cập và cần tiếp tục được hoàn thiện trong thời gian tới. Bên cạnh đó, cần tiếp tục thúc đẩy truyền thông nâng cao nhận thức, đồng thời huy động sự tham gia mạnh mẽ hơn của các Bộ, ban, ngành, các tổ chức và đoàn thể nhằm giảm thiểu các mối đe dọa tới sức khỏe cộng đồng và cách phòng tránh dịch bệnh truyền nhiễm.

Hiện nay, thế hệ người Việt trẻ đang bắt đầu có những thay đổi mạnh mẽ về mặt nhận thức về vấn đề này. Nhiều thành phố trên cả nước đã ký những cam kết hoặc có lộ trình để trở thành “thành phố không tiêu thụ thịt chó, mèo”.

Bác sĩ Karanvir Kukreja, Trưởng chương trình Động vật đồng hành tại Đông Nam Á của FOUR PAWS cho biết: “Chúng tôi đã và đang tích cực làm việc với Chính phủ để cùng giải quyết các rủi ro từ nạn buôn bán thịt chó, mèo. Trên thực tế, thịt chó, mèo không phải là nguồn thực phẩm thiết yếu, chỉ có 6% người Việt Nam ăn thịt chó, mèo thường xuyên, trong khi có tới hơn 90% người ủng hộ lệnh cấm”.

Hy vọng, cùng với sự thay đổi nhận thức, với các hoạt động mạnh mẽ của nhiều tổ chức xã hội, và đặc biệt là việc nỗ lực hoàn thiện hành lang pháp lý, Việt Nam có thể tiến tới những ngày không xa, những thói quen thiếu văn minh như thế này sẽ không còn bóng dáng trong cộng đồng.

NGỌC MAI

# Thói quen xấu, hành động xấu tàn phá sức khỏe người Việt

**Ăn thịt chó mèo, động vật hoang dã là một thói quen xấu của người Việt đã diễn ra nhiều năm nay. Đó không chỉ là một thói quen sống thiếu văn minh mà còn có nguy cơ gây ra nhiều căn bệnh truyền nhiễm, tàn phá sức khỏe cộng đồng.**



● Ăn thịt động vật hoang dã là hành vi gây hại cho sức khỏe. (Ảnh minh họa. Nguồn: TN)



● Ăn thịt chó, mèo có nguy cơ nhiễm ký sinh trùng. (Ảnh minh họa. Nguồn: Toquoc.vn)



# Vua Lê Thánh Tông và cuộc đại cải cách giúp vương triều cực thịnh

Lê Thánh Tông lên ngôi năm 1460, được kể là một trong những triều đại thịnh nhất của thời phong kiến Việt Nam. Đường lối trị nước của Lê Thánh Tông mang dấu ấn của một cá tính mạnh, trung thành với tổ tông, thừa hưởng và phát huy được nền cai trị của các triều vua trước. Trong suốt 38 năm ở ngôi vua, đường lối trị nước của Lê Thánh Tông đã thể hiện những quan điểm khá nhất quán. Đó là sự tăng cường vai trò cá nhân của một ông vua toàn năng, điều hành bộ máy nhà nước mạnh, cực quyền toàn trị, với tinh thần tự tôn của một quốc gia - dân tộc lớn.



● Chùa Huy Văn thờ vua Lê Thánh Tông (ở ngõ Văn Chương, phố Tôn Đức Thắng, Hà Nội). (Ảnh: Quý Hoàng)

## Tập trung quyền lực tối cao

Lớn lên trong những năm ổn định của triều Lê, hoàng tử Lê Tư Thành có vẻ như chỉ biết chăm lo học hành, trau dồi kiến thức. Nhưng sự thực không chỉ có vậy. Ngoài là một người rất mực tài hoa, Lê Tư Thành hết sức đề tâm đến những sự kiện chính trị lớn diễn ra ngay ở kinh thành, có liên quan đến sự tồn vong của triều đại do ông mình sáng lập. Khi nghiên cứu Bắc sử và sử dân tộc, Lê Tư Thành luôn tự đặt những câu hỏi: tại sao có cuộc cải tổ bộ máy chính quyền nhà Minh; những sửa đổi về chính trị của Hồ Quý Ly hồi đầu thế kỷ trước; cũng như nguyên nhân nào khiến Lê Thái Tổ lập lại mô hình nhà nước thời Trần?

Vì thế, khi được suy tôn làm vua thay cho Lê Nghi Dân, Lê Thánh Tông đã nghĩ ngay đến một cuộc cải cách hành chính, vừa nhằm củng cố vững chắc bộ máy nhà nước, giữ vững quyền thống trị; vừa nhằm đưa đất nước tiến lên, làm rạng danh triều đại do ông lãnh đạo.

Ý tưởng có từ rất sớm nhưng chỉ đến năm 1471, khi đã ổn định các vùng biên giới phía bắc và phía nam, cuộc cải cách hành chính mới thực sự bắt đầu. Bản "Hiệu định quan chế" tức là văn bản chính thức về cuộc cải cách hành chính được ban hành. Lê Thánh Tông nêu những lý do cấp thiết dẫn đến cuộc cải cách: "Đồ bán, đất đai ngày nay so với trước đã khác nhau xa, ta cần phải tự mình giữ quyền chế tác, hết đạo biến thông. Ở trong kinh, quân vệ

hiều thì đặt 5 phủ để giữ, việc công bề bộn thì đặt 6 Bộ bàn nhau cùng làm, 6 khoa để xét bác trăm quan, 6 tự để thừa hành mọi việc". Lê Thánh Tông cũng chỉ rõ những lợi ích mà cuộc cải cách đem lại: "Ăn hại đã không có, trách nhiệm lại rõ ràng. Như thế là cốt để cho lớn nhỏ cùng ràng buộc nhau, uy quyền không bị lạm dụng, lễ pháp không bị lung lay, khiến trăm họ có thói quen theo đạo, giữ phép, không có làm lỗi làm trái nghĩa, phạm hình, để theo trọn cái chí của Thái Tổ, Thần Tông ta mà giữ được an trị lâu dài".

Trên thực tế, cuộc cải cách hành chính đã diễn ra hết sức nghiêm ngặt. Trước tiên, Lê Thánh Tông bỏ hết các chức quan và cơ quan trung gian giữa vua và bộ phận thừa hành như Thượng thư sảnh, Trung thư sảnh, Môn hạ sảnh, khu mật viện, các tướng quốc, Đại hành khiển, Tả hữu bộc xạ... Vua trực tiếp nắm quyền chỉ đạo mọi công việc quan trọng của nhà nước cũng như liên hệ với các cơ quan thừa hành. Nếu khi cần phải có người thay vua chỉ đạo công việc, thì phải là các đại thần như Thái sư, Thái phó, Thái bảo, Thái úy, Thiếu sư, Thiếu bảo...

Có thể nói Lê Thánh Tông là một vị hoàng đế đầy tự tin, ý chí kiên định và hành động quyết đoán. Ông can thiệp vào và trực tiếp điều hành ở mức tối cao mọi mặt công việc của triều đình, không thông qua vai trò của chức quan đầu triều là tể tướng như các triều đại trước.

Tiếp đến, Lê Thánh Tông tách 6 bộ Lại, Lễ, Binh, Hình, Công, Hộ ra khỏi Thượng thư sảnh (theo kiểu nhà Minh), lập thành 6 cơ quan riêng, phụ trách các hoạt động khác nhau của nhà nước. Đứng đầu mỗi Bộ là chức Thượng thư, hàm nhị phẩm, chịu trách nhiệm trực tiếp trước vua. Sự cải cách dễ nhận ra nhất là ở bộ Lại, một bộ chịu trách nhiệm tuyên bố, thăng giáng và bãi miễn các chức quan từ tam phẩm trở xuống. Không như các triều đại trước, bộ Lại không được toàn quyền hành động. Theo nguyên tắc "lớn nhỏ cùng ràng buộc lẫn nhau", nếu "bộ Lại thăng bỏ không xứng thì Khoa có quyền bắt bẻ, hoặc tố giác nếu bộ Lại làm sai trái".

Trong cuộc cải cách này, Lê Thánh Tông rất đề cao công tác thanh tra, giám sát quan lại. Ngoài Ngự sử đài có từ thời Trần, ông cho đặt 6 Khoa chuyên theo dõi, giám sát quan lại ở 6 bộ. "Bộ Lễ nghi thức không hợp thì Lễ khoa được phép đàn hặc. Bộ Hộ có Hộ khoa giúp đỡ. Hình khoa có quyền xét lại sự thẩm đoán của bộ Hình..."

Bên cạnh những công việc quan trọng của nhà nước ở trung ương, Lê Thánh Tông còn đòi đặt 6 tự (Thượng bài, Đại lý, Hồng lô...) để phụ trách những công việc phụ.

Lê Thánh Tông đặc biệt chú ý đến kiến thức thực sự của giới quan lại. Ông bỏ chế độ bổ dụng vương hầu, quý tộc vào các trọng trách của triều đình mà lấy thước đo học vấn qua khoa cử làm tiêu



● Tượng vua Lê Thánh Tông. (Ảnh: Bảo tàng Văn học Việt Nam)

chẩn dùng người, không phân biệt thành phần xuất thân. Các thân vương, công hầu tuy vẫn được ban bổng lộc hơn hẳn các quan nhưng nếu không đỗ đạt thì không được dùng trong bộ máy nhà nước. Ta thấy rằng chỉ riêng với cải cách này, Lê Thánh Tông đã có một tầm nhìn hơn hẳn các triều đại trước.

## Hành chính thống nhất trong cả nước

Bên cạnh bộ máy nhà nước ở trung ương, hệ thống hành chính địa phương cũng có ý nghĩa rất quan trọng với địa vị thống trị của một triều đại. Bởi vì phần đông dân cư tập hợp ở những nơi này. Nếu có một chế độ phù hợp với họ, triều đại ấy sẽ bền vững bởi sự bảo vệ của chính những người dân ấy.

Lê Thánh Tông đã sáng suốt nhận rõ điều đó. Năm 1466, cùng với việc thành lập các bộ, các tự, Lê Thánh Tông chia lại cả nước thành 12 đạo thừa tuyên và một phủ Trung đô (khu vực kinh thành). Năm 1471, ông cho lập thêm đạo thừa tuyên thứ 13 là Quảng Nam. Hệ thống hành chính địa phương gồm 5 đạo và 24 lộ như thời kỳ đầu triều Lê, bị bãi bỏ. Theo đó, các chức An phủ sứ đứng đầu các đạo cũng không còn nữa. Ở cách phân chia mới, mỗi đạo thừa tuyên đều có 3 ty ngang quyền nhau cai quản: Đô tổng binh sứ ty (Đô ty), Thừa tuyên sứ ty (Thừa ty) và Hiến sát sứ ty (Hiến ty). Nếu như Đô ty và Thừa ty trông coi về quân sự và dân sự thì Hiến ty chịu trách nhiệm thanh tra, giám sát các quan chức địa phương; luôn đi sâu, tìm hiểu đời sống và nguyện vọng của nhân dân. Ngoài ra, để giúp Hiến ty làm nhiệm vụ, ở Ngự sử đài, Lê Thánh Tông đặt

thêm 13 cai đạo giám sát ngự sử chuyên giám sát, giúp đỡ các Hiến ty. Dưới đạo Thừa tuyên, Lê Thánh Tông cho thống nhất các đơn vị hành chính: phủ, huyện, châu, xã. Đứng đầu phủ là tri phủ, đứng đầu huyện có tri huyện, xã quan đôi thành xã trưởng.

Nhìn vào sự cải cách cơ cấu hành chính, ta nhận thấy Lê Thánh Tông có học tập nhà Minh, song là sự học tập có sáng tạo. Ông không đặt chức quan đứng đầu đạo Thừa tuyên, nghĩa là muốn có một sự liên kết thống nhất, thẳng từ trung ương xuống địa phương, tránh được hiện tượng các cơ quan nhà nước cấp trên không được trực tiếp hiểu về tình hình dân chúng. Một sáng tạo nữa là Lê Thánh Tông đặt "Hiến ty" với nhiệm vụ thanh tra quan lại. Điều này làm cho vai trò của quan lại địa phương nặng thêm, bởi họ chính là đại diện của vua, quan hệ đến sự tồn vong của đất nước.

Như vậy, khoảng từ năm 1471, thông qua cải cách, Lê Thánh Tông đã tạo được hệ thống hành chính thống nhất trong phạm vi cả nước. Hệ thống khá gọn gàng với chức trách phân minh, bảo đảm sự chỉ đạo và tập trung quyền lực của trung ương. Đây là mô hình tiên tiến nhất của chế độ quân chủ phong kiến đương thời, trong đó, trung ương và địa phương gắn liền nhau, quyền lực của vua được bảo đảm từ trên xuống dưới.

Lê Thánh Tông là một vị hoàng đế lớn của một vương triều mạnh, có nhiều đóng góp trong lịch sử dân tộc. Những thành công của cuộc cải cách hành chính do Lê Thánh Tông thực hiện, thật đáng để cho chúng ta suy ngẫm.

VIỆT QUỲNH (tổng hợp)

# Người dung

## Truyện ngắn của LÊ HỮA HUYỀN TRẦN

Chúng tôi sinh đôi nhưng dường như giữa hai đứa có sự khác biệt rất lớn về tính cách. Nếu tôi là một người có phần nóng tính và kiêu ngạo thì em tôi lại là người thân thiện và lương thiện. Chúng tôi cứ bừ trừ cho nhau đến độ có lần tôi đã nói đùa với nó:

- Chắc tao với mày vốn là một, rồi mày thừa hưởng hết mọi tính tốt, còn tao tính xấu hay sao á?

Em tôi là một người có cái nhìn từ tế dù cuộc đời chưa bao giờ nhân từ với nó. Từ ngày còn bé sức khỏe giữa hai chúng tôi đã có sự chênh lệch. Tôi vốn yếu đuối và hay bệnh nên nó như luôn gồng mình lên để bảo vệ và che chở cho tôi. Nhà chúng tôi nép mình trong xóm lao động nghèo với việc ba mẹ làm việc liên tục tới tận tối muộn nên chỉ có hai chị em luôn tự lo lắng cho nhau. Tuy sinh đôi nhưng tôi lại nhỏ con hơn, có lẽ chính vì thế nên tôi thường thu mình lại trước sự trêu chọc của đám trẻ nít. Nhiều khi mâu thuẫn đám con trai còn giật tóc hoặc ăn hiếp tôi, lúc đó vì tủi thân tôi thường vùi mình vào một góc chỉ để khóc, khi ấy một hình bóng nhỏ bé lẫm chẫm bước tới cạnh tôi - như cái cách mà ba má hay làm mỗi khi tôi nhe - xoa đầu tôi.

- Sao chị phải khóc vì người dung làm gì? Ai ăn hiếp chị thì chị cứ cho người đó là người dung đi. Chị nên khóc nếu những người quan trọng làm mình buồn. Còn người dung thì cứ mặc.

Một đứa trẻ mẫu giáo mà nói chuyện thực già dặn. Sau những lần tôi bị ăn hiếp, đến bữa nó luôn cố gắng ăn thật nhiều cơm, ba tôi còn đùa:

Nay gái út ăn được cơm vậy?  
- Con phải ăn thật nhiều để khỏe, để lớn, ai ăn hiếp chị con sẽ đánh người đó.

Từ bé đã thế, khi tôi chọn thu mình lại vo tròn nỗi buồn của mình thì nó luôn chọn cách đương đầu với điều đó. Tôi cũng cứ lớn dần lên dưới sự "che chở" của nó đúng nghĩa. Ngày còn bé, thậm chí vì hay bệnh nên có phần được nuông chiều hơn vì thế tôi ham chơi và nghịch hơn rất nhiều. Nếu những lúc rảnh rỗi của tôi là đi chơi đồ hàng với đám nhóc nhà hàng xóm thì em tôi lại thường bám lấy cha mẹ. Những năm cấp hai má tôi nghỉ ở nhà nhận việc về nhà làm và cũng có lẽ đó là khoảng thời gian tôi vẫn luôn tự trách sao mình vô tâm đến vậy. Lúc ấy tôi để ý nó bám má nhiều hơn, hầu như mỗi lúc tôi thấy má đi đâu nó cũng bám vào bên trái má, khi ấy tôi thậm chí còn trêu nó:

- Sao mày lớn rồi mà cứ bám má vậy? Để má thoải mái làm việc của mình đi chứ.

Nó chỉ phì cười:  
- Má đi làm cả ngày rồi, giờ má mới ở nhà, phải tranh thủ quần má chứ.

Tôi chỉ bĩu môi nghĩ rằng nó trẻ nít. Sau một thời gian má ốm liệt giường, lúc này tôi mới biết thì ra khi ấy má nghĩ làm là vì bị bệnh gì đó làm liệt nửa người bên trái. Ba má giấu hai đứa nhưng nó do cứ hay ở nhà phụ giúp má làm việc nên cũng dần nhận ra... Kể từ đó, mỗi khi má đi lại, nó lúc nào cũng "đỡ" má đi chứ không phải "bám" má như tôi đã nghĩ. Thân người bên trái của má ngày một nặng vì thế má không thể đi đứng bình



thường được, nó đi cạnh là để đỡ lấy má. Nhưng nó không nói ra vì nó không muốn tôi lo lắng và vì chúng tôi luôn ở cùng nhau nên nó để tôi vô tư còn nó thì gồng mình lên mà lo lắng.

Khi chúng tôi vào cấp ba, chúng tôi trọ học xa nhà vì chúng tôi lên phố học. Nhờ sự cố gắng của cả hai nên chúng tôi được vào trường chọn, lại còn được nhận học bổng vì thế học phí cũng trang trải được

phần nào. Cũng từ lúc đó con đường của mỗi đứa bắt đầu khác nhau, nó chọn học ban tự nhiên, còn tôi vào ban xã hội, cũng kết thúc khoảng thời gian chung lớp của hai đứa suốt từ nhỏ tới giờ. Phải nói tình yêu văn chương của tôi được hun đúc từ rất sớm, tôi bắt đầu thích được viết, cũng tập tành làm thơ viết văn, cũng có vài bài thơ, vài mẫu truyện được đăng báo tường. Cũng tìm tòi gửi bài cho các

tờ báo trong tỉnh, một vài bài đăng càng khiến tôi sướng rơn huyền hoặc rằng con đường đang chọn trở nên đúng đắn nhưng khi bắt đầu chọn con đường sáng tác, bên cạnh những sự phục vụ vì ngày đó có bài được báo là ghê gớm lắm cũng bắt gặp có những sự trêu chọc.

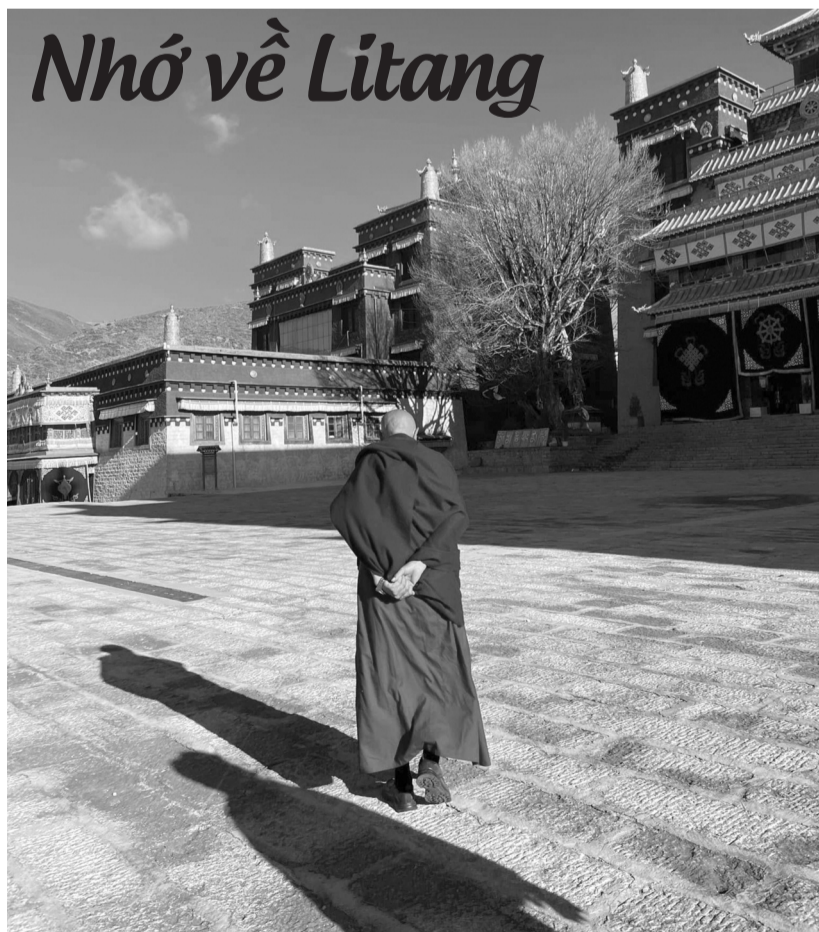
Khi ấy tôi nằm trong đội tuyển học sinh giỏi văn của nhà trường cũng đại diện trường đi thi. Thực ra việc yêu thích "sáng tác" với việc đi theo khuôn khổ của chương nhà trường khi ấy là hai điều khác nhau lắm. Tôi dường như thích đi ra khỏi khuôn khổ chứ không phải những giáo án khô cứng, chính vì thế tôi cũng khác biệt hơn so với những người khác trong sách vở. Sự khác biệt khi thoát khỏi những truyền thống cũng đôi khi khiến tôi trở nên khác biệt với những bạn đồng trang lứa sống thực tế mỗi ngày. Cái sai đó của tôi là đã "thoát ly" quá khỏi kiến thức hiện tại, cứ muốn tìm một nét riêng vì thế đánh rớt trong danh sách cuối cùng tuyển chọn. Không chỉ thế, khi bắt đầu thả hồn vào thơ văn đến văn chương như một niềm vui thì bạn bè đôi người lại trêu theo kiểu tôi "sống trên mây" đã rất buồn trước những lời trêu chọc đó.

- Họ có phải là bạn chị không? Mà em nghĩ là không nhỉ, vì bạn thì sao có thể trêu chọc và làm tổn thương nhau được? Nếu thế thì nhớ ngày chúng ta còn nhỏ em nói gì với chị không?

"Nếu đã là người dung sao dành thời gian để buồn?". Nó nhằng lằng lấy ra những bài thơ tôi đăng, những sự cố gắng mà tôi đã dày những trang giấy, lại kể chuyện nhớ lại tôi đã vui như thế nào được thầy cô khen ngợi; Còn thầy Châu, giáo viên dạy văn tôi đã ủng hộ tôi như thế nào giới thiệu tôi với một số nhà văn nhà viết để họ truyền dạy nghiệp. Nó cho tôi hiểu sự

## TĨẾNG LÒNG

### Nhớ về Litang



Nhân dịp em Huyền gửi cho chiếc video tôi quay chộp em trong chuyến đi năm ngoái, ngồi nhớ về Litang.

Litang ở cao nguyên Tây Tạng, Trung Quốc, là một trong những huyện thành cao nhất thế giới cao hơn khoảng 400m so với Lhasa, được bao quanh bởi những dãy núi tuyết ngút ngàn tầm mắt.

Trong chuyến đi dài đó, dù không có nhiều thời gian ở đây, nhưng tôi biết mình đã đem lòng thương nhớ vùng đất này.

Litang trong ký ức của tôi được gắn với từ "lạc".

Là nguyên ngày ngồi trên xe để rồi đi đến nơi không phải chỗ cần đến, nhưng sự "vô duyên" của Google Map đã dẫn lối đưa duyên đến một ngôi làng nhỏ ngoai ô, mà nếu không phải đi lạc thì chắc chẳng khách du lịch nào tới.

Rồi hôm sau, khi đến một tu viện lớn ở Litang, nằm trên một quả đồi, tôi lại lạc mắt nhỏ Huyền để rồi một mình lạc bước vào ngôi làng nhỏ lặng lẽ dưới chân tu viện.

Đó là một buổi sáng tuyệt đẹp,

nắng vàng trong vắt, không khí êm dịu. Tôi theo chân hai bà cháu đến chỗ bảo tháp của làng, nhìn họ kính cẩn hành lễ, và làm theo. Hai bà cháu nhìn khách lạ đầy vẻ hiếu kỳ.

Đi bộ một hồi, ghé cửa hàng bán đồ lưu niệm mua vài thứ. Tiệm nhỏ lắm, chẳng có mấy thứ đồ, chủ yếu bán tạp hoá thì đúng hơn. Tôi và ông chủ tiệm giao tiếp với nhau trong im lặng. Tôi chỉ một món, ông bấm trên điện thoại 1 con số, đó là số tiền cần trả.

Tôi ghé thêm vài ba tiệm bên đường, và dù vẫn chẳng ai nói với ai câu nào, sự dễ chịu là thứ cảm nhận được.

Nhìn chung, người Tạng không được bắt mắt về ngoại hình, họ có dáng vẻ cần cù, vô cảm, hiếm khi nào thấy cười. Mà cũng phải thôi, thiên nhiên khắc nghiệt buộc người dân xứ này phải vật lộn để sinh tồn, như loài điều hầu chấp chới tìm mồi trên đỉnh núi, ngàn năm vẫn vậy.

Có điều, họ cũng chẳng cần ai thương xót, cứ sống đời với núi cao, mặc ngoài kia những hơn thua, xô

bỏ và thực dụng. Tôi học được nhiều thứ từ nhịp sống ở đây.

Litang là vùng đất mang truyền thống bình lặng, bình thản và kiêu hãnh.

Những ngày lang thang đó, tôi cũng đang lạc lối để tìm lại cân bằng. Những lúc đi như được thờ chậm lại, được chui xuống chốc lát, được thoát ra khỏi những lần quần ngày thường.

Và may thay, ở Litang, tôi tìm được bình an.

Chốn này, phút chốc đã bao phủ lấy mảnh hồn lạc lối của tôi, đem lại an toàn và dịu dàng, thanh thản yên nguyên.

Tôi sẽ nhớ Litang trong dáng vẻ giản dị và bình thản nhất của nó, Neo lại trong ký ức của những ngày lang thang sống và tìm kiếm những điều đẹp đẽ phía trước.

Tôi đã rời Litang mà để lại phần hồn ở đây, để được ủi an trên một chặng đường, để được tin rằng, cuộc đời có lẽ vẫn còn điều đó ban tặng cho mình.

Nhớ về Litang, để biết rằng ta không cần nhiều, vẫn có hạnh phúc... LINH LÊ

được... mình... Thế... thán... đàng... t đầu... uyển... ng và... hưng... tác"... a vẫn... hững... g như... chứ... huôn... có sự... kiến... ệt đôi... hống, ... khác... g lựa... ngày... nhiều... luôn... tôi bị... cùng... hi tôi... , tìm... m an... gheo... . Tôi... trêu... hông?... an bè... m tôn... , chị... m đã... phải... ó nhe... được... i viết... o tôi... o khi... n kê... n của... o khi... a thơ... kinh... khác

biệt giữa những người đứng về phía tôi và khuyên tôi đừng nên buồn vì những người không xứng đáng. Tôi cũng đi nhanh chóng đi qua những năm tháng của đời mình với sự cố vũ động viên từ người em sinh đôi vẫn luôn giống mình như tạc. Để rồi tôi nhận ra dường như tôi chỉ luôn nghĩ rằng mọi khó khăn của mình là lớn nhất, tôi ý mình được nó bảo vệ và che chở nên nghĩ cuộc sống với nó quá dễ dàng. Vì tôi đã không biết do sự ích kỉ của bản thân hay sự huỷ hoại rằng nó không gặp gì khó khăn để sống tiếp cuộc đời mình, cũng vì chưa bao giờ tôi nghe nó than thở gì ngược lại.

Khi chúng tôi sắp sửa vào đại học thì mẹ mất vì căn bệnh tái phát, một mình ba gánh gồng ở dưới quê không đủ để có thể nuôi hai đứa, lúc này cả hai đứng trước sự lựa chọn nên học tiếp hay dừng lại. Ngày nộp hồ sơ thi đại học đã đến rất gần mà cả hai đứa vẫn rối bời sự lựa chọn. Ngày ấy, khi hai đứa trần trọc cả đêm trong căn phòng trọ nhỏ, nó nói với tôi: - Em sẽ nghỉ học, em sẽ đi làm để lo cho việc học của chị. - Rồi như nó sợ tôi sẽ ngăn cản nó vội tiếp - Vì em cảm thấy em học không tốt như chị, nếu phải lựa chọn một trong hai đứa có lẽ là nên để chị học tiếp. Bù lại, chị phải cố gắng để sau này nuôi lại em nhé?

Giọng cười của nó vang cả một góc trời đêm và đập tất luôn cả những lời tôi định nói, mà kì thực lúc đó tôi đã không đủ mạnh mẽ để ngăn cản quyết định của nó. Nó sau đó làm đủ nghề để kiếm tiền học phí cho tôi, cũng kinh qua đủ mọi khó khăn trước những biến đổi của thời đại. Những hôm nó lãnh lương thì hai đứa lại ăn ngon thêm một chút, lúc nào nó cũng động viên tôi cố gắng học với những lời trêu: "Chị phải học thật giỏi, kiếm tiền thật nhiều chứ em già đến nơi rồi" làm tôi phì cười bốt áp lực lại. Tôi còn nhớ khi tôi học đại học, có một năm lớp cấp ba tôi hợp lớp, biết tin

tôi đỗ á khoa kì thi đầu vào, một vài người bạn ngày xưa đã chúc mừng và sau đó cũng có nhắn tin xin lỗi tôi. Tôi vẫn còn giận bởi những suy sụp của mình ngày đó, nó đã khuyên tôi: - Em nghĩ rằng những vấn đề đã xảy ra chỉ là tồn tại ở thời điểm đó, còn bây giờ là hiện tại. Không nên dùng quá khứ đánh giá hiện tại. Em biết chị là một người suy nghĩ rất nhiều, còn em thì nghĩ rất đơn giản, thời điểm đó vấn đề đó phát sinh nhưng không có nghĩa là bây giờ vẫn còn. Chị có thể bỏ qua, tha thứ và chính tay chị làm những điều như vậy không tồn tại nữa.

Và tôi đã thực sự để những "người dung" bước vào cuộc đời của mình một lần và họ đã trở thành những người bạn tốt của tôi cho đến hiện tại. Khi tôi tốt nghiệp ra trường với tấm bằng loại giỏi tôi nhanh chóng được nhận vào làm ở một công ty tốt. Thời gian ngày qua ngày tôi thăng tiến bằng sự nỗ lực của chính mình, thậm chí chỉ sau vài năm có thể mua được một căn nhà nhỏ trên phố, rước cả ba ở dưới quê lên, một nhà ba người, hai chị em tôi thay nhau phụng dưỡng ba. Công việc bắt đầu ổn định dần khi tôi dần thăng chức và tôi mới có thời gian nhìn lại cuộc sống xung quanh mình sau những nỗ lực không ngừng nghỉ suốt thời gian qua. Tôi để ý em tôi vẫn miệt mài đi làm hàng đêm đủ thứ ca, có khi từ sáng sớm tới tối mịt mới về chứ không ổn định như dân văn phòng như tôi. Nó luôn đi làm sớm trước tôi và khi tôi về vào buổi chiều thì có bận đến tận khuya nó mới vuốt mồ hôi trở về trong bộ áo công nhân.

- Hay để tao xin cho mày một chân làm việc trong công ty. Mà lúc này tôi mới để ý sao mình có thể vô tâm đến vậy? - Mày làm công việc gì mà tối ngày vậy?

- Thôi, công ty chị lớn vậy em vào không nổi. Ngày thì làm ở xưởng, tối về phụ thêm ông bác bán giày nên mới về trễ.

Tôi định cản nó nhận ít việc đi

nhưng nó chỉ khua tay vì quen làm việc nhiều vậy rồi, đến độ tôi nhận ra ngay cả khi tôi bắt đầu có cuộc sống sung túc tôi vẫn chẳng thể lo nổi cho em mình. Một lần, nhân lúc rảnh rỗi tôi ghé sang tiệm giày mà em đang bán, tôi thấy ông chủ đang mắng nó vì những lỗi lầm không đâu, nhưng nó chỉ cúi đầu nhận lỗi không nói gì. Trong khi không chỉ tôi mà những người qua đường cũng chỉ biết cảm thán câu: "Già rồi trái nết nên cứ tìm có mắng con nhỏ." Lúc đợi nó giờ cơm chiều tôi một hai bắt nó nghỉ việc.

- Bác già rồi, con cái lại ở xa nên đôi lúc khó người lại mắng. Những khi bác mắng em cứ xem bác như "người dung" là mọi thứ nó trôi tuột hết thôi. Còn khi mà ngẫm lại, lại thấy thương bác, bỏ đi không đặng.

Vừa kịp nhắc thấy nó đang ăn cơm chiều với tôi, ông chủ nó chông gậy bước ra đưa cái cà mèn có ít cá và dăm ba miếng thịt ở trong đĩa nó: "Ăn chi mà khô khốc, dưới bếp còn có canh, hai bữa xuống lấy ăn". Cứ như ông ấy đã quên mới vừa mắng nó rất nặng, nó lắc đầu cười cười: "Mắng đó rồi thương đó, già rồi mau quên lắm chị."

Năm ba mươi tuổi, tôi lấy chồng. Ngày tôi cưới ba tôi khóc rất nhiều, còn nó lại đứng cạnh để ba tựa vào vai như ngày còn bé nó vẫn luôn đỡ mẹ. Tuyệt nhiên không hề khóc. Tự nhiên tôi thấy trái tim mình chùng lại đi một nhịp, không phải là hối hận khi tìm được hạnh phúc, chỉ cảm thấy dường như suốt cả cuộc đời mình tôi chưa bao giờ làm gì cho nó, chưa bao giờ là điểm tựa cho nó tựa vào. Vậy mà giờ tôi lại cười, lại một lần nữa để nó gánh gồng mọi thứ và lo lắng cho ba. Dường như hiểu được suy nghĩ của tôi, nó phì cười ôm tôi thật chặt trước khi đưa tôi lên xe hoa: "Thôi nào, đừng cư xử như một người dung như thế. Vì chị là chị của em, đó đã là chỗ dựa, là niềm tin, là động lực để em cố gắng đến tận bây giờ rồi". L.H.H.T

ĐỌC SÁCH

Dư vị miền xưa



Câu chuyện trong cuốn sách "Dư vị miền xưa" sẽ đưa độc giả về lại với vùng quê sông nước, nơi đó còn lắng đọng lại chút hương vị dịu mát, ngọt lịm của tình đất, tình người.

Là người sinh ra và lớn lên ở Hậu Giang, được trải nghiệm qua nhiều chuyến đi điền dã, lượm lặt ghi chép từ vốn sống dân gian, tác giả đã đem đến cho bạn đọc những trang viết đậm nét văn hóa nơi đây.

Ai đã từng trải qua những trò chơi thời thơ ấu như tắm sông, mò tôm, bắt cá; những lần đi đào chuột, đặt vó, đặt lờ, soi nhái, thọt trứng kiến cầu cá rô... sẽ thấy bóng dáng của mình, của kỷ niệm qua những câu chuyện, những dòng văn lãng mạn.

Không gian văn hóa xưa ở Nam Bộ nói chung, ở miệt Nam sông Hậu (Hậu Giang) nói riêng đã dần thay đổi theo sự phát triển hiện đại hóa. Đời sống của người dân theo đó mà biến đổi.

Cuốn sách "Dư vị miền xưa" của tác giả - thầy giáo Trần Minh Thương vừa ra mắt độc giả mang dấu ấn sâu nặng về tình yêu quê hương và những giao đãi thân tình của con người miền Tây chân chất, nhiệt thành.

Trần Minh Thương đã ghi lại vào trang sách những kỷ ức một thời từng diễn ra trong đời sống người dân quê chân lấm tay bùn mà đậm đà tình nghĩa. Vì thế, tác giả chọn đề tài dư vị miền xưa làm trục chính cho các bài viết và khảo cứu của mình.

Sách dày hơn 420 trang, với 22 bài tản văn lấy văn hóa dân gian làm chủ đề, đưa người đọc hồi tưởng về vùng quê sông nước. Có thể kể đến những bài viết như: Trời đã rụng sáng; Màn đêm buông xuống miền quê; Món ngon những ngày nước lũ tràn đồng; Chái bếp nhà quê; Khi ngày Tết đến; Trò chơi ngày thơ ấu; Hú hí nhau tắm sông mò tôm, bóc lịch; Chèo xuồng đi chợ; Khi gặp chuyện không may; Khi mịch lòng nhau...

Ở đó, chúng ta sẽ gặp lại cảnh sinh hoạt từ gia đình cho đến làng xóm, từ lúc trời rụng sáng, đến trưa, chiều và tối... Với những cây đèn dầu leo lét, bên mái nhà lợp lá đơn sơ, mẹ dỗ con ngủ, trai gái rủ nhau gặt gao, gánh nước, chẻ tre đương sàng, đương rổ, vót câu, các cụ bà sàng gạo, vá may, các cụ ông uống trà kể chuyện đời xưa cho con cháu nghe. Và đó gần như là hình thức giải trí phổ biến nhất. Dần về sau, anh em trong xóm rủ nhau đi nghe máy hát đĩa, coi cải lương bằng cái vô tuyến trắng đen của nhà nào đó có điều kiện trong xóm... Rồi cũng trong bóng tối đó, chuyện ma nhác, ma giáu cũng không ít lần được người ta truyền miệng cho nhau nghe. Thậm chí, cả chuyện ma quá giang trên những chiếc ghe, chiếc xuồng rủ nhau đi chợ.

Một trong những kỷ niệm đáng nhớ mà tác giả Trần Minh Thương đã trải nghiệm, viết trong sách Dư vị miền xưa là hồi ức về tuổi học trò. "Dư vị miền xưa" sẽ khiến cho người đọc nhớ mãi kỷ niệm từ thuở ấu thơ, những câu chuyện ông bà cha mẹ kể, đến nỗi nhớ quê nhà thăm đượm trong lòng để mỗi người nhắc nhớ và trở về.

Tác giả Trần Minh Thương (Bút danh: Thạch Ba Xuyên) là Nhà giáo ưu tú, Hội viên Hội Văn nghệ Dân gian Việt Nam. Ông có nhiều tác phẩm đã xuất bản: Chuyện ăn uống của người bình dân Sóc Trăng, nhìn từ góc độ văn hóa dân gian (2015); Trò chơi dân gian Sóc Trăng (2016); Hương sắc miền Tây (2018); Ăn Tết chơi Tết miền Tây (2020); Phong tục miệt Nam sông Hậu (2020); Chuyện trong nhà ngoài xóm miệt Hậu Giang (2022); Văn vương hương vị bánh quê (2023)...

BẢO CHÂU

Chào tháng tư

HỒNG BÙI

Một ngày tháng tư về  
Hoa loa kèn chớm nở  
Trên con đường em đi  
Mưa giăng mờ lối nhỏ

Em nghe trong trời rộng  
Tiếng chim gọi tìm nhau  
Ai tìm ai trong mộng  
Nguyện cho tìm được nhau

Em chào một mùa sang  
Cây thay màu áo mới  
Thấp lửa xanh trên cành  
Gọi về hai mươi tuổi

Em đợi chờ ngày nắng  
Khoe áo xanh dịu dàng  
Đi qua mùa hoa nở  
Lòng như vừa xuân sang.



Về với Hà Nội em yêu nhé

TRIỆU PHÚ TÌNH

Về Hà Nội với anh đi em ơi  
Ngắm Hồ Gươm diêu vợi bóng Tháp Rùa  
Thăm Hàng Đào cùng ngõ phố cổ xưa  
Đến đền phủ thấp hương chùa Trấn Quốc.  
Ngồi hóng mát nhìn dòng người xuôi ngược  
Quán Hồ Tây lộng gió nước bênh bồng  
Em hãy về anh đưa đến Cửa Đông  
Ăn bún rối nem cua đồng ngon tuyệt.  
Qua làng Hậu chắc chỉ nghe chưa biết  
Hương Cốm thơm nức hết muốn về  
Em đã từng đến bờ bãi ven đê?  
Sông Hồng đỏ mang lời thề non nước.  
Về thì hãy bảo anh còn đón rước  
Đưa em đi nơi thân thuộc Hà thành  
Mình sẽ cùng nắm tay dạo loanh quanh  
Hương chút ít trong lành nơi phố thị.  
Vậy em nhé xin đem lòng nhớ kỹ  
Anh mời rồi thì hãy nghỉ về chơi  
Sẽ thật vui khỏi hoang phí một đời  
Rằng đã đến thăm nơi là Hà Nội.

# Sức khỏe tinh thần, xin đừng bỏ qua!

**Sức khỏe về tinh thần quan trọng không kém thể chất. Một người muốn sống lành mạnh, hạnh phúc, cần cân bằng giữa việc rèn luyện cả bên trong và bên ngoài.**

## Tác dụng bất ngờ của tinh thần lạc quan

Hiện nay, ở Việt Nam, nhiều người vẫn “bán tín bán nghi” khi nhắc đến lợi ích của tinh thần đối với cơ thể. Đa phần, mọi người đều cho rằng, một cơ thể khỏe mạnh sẽ liên quan đến chế độ ăn uống, tập luyện, nghỉ ngơi, chứ không nghĩ rằng bản thân mỗi người có thể phòng ngừa bệnh tật nhờ giữ tinh thần lạc quan.

Thực tế, đã chứng minh, một tinh thần khỏe mạnh tác động rất tốt đến con người. Vào năm 2023, câu chuyện của bà Phạm Thị Lũng Hà (78 tuổi) quê ở Hải Phòng đã làm nhiều người cảm phục. Bà bị ung thư trực tràng đã 7 năm, mười hai lần hóa trị, nhưng nhìn bà vẫn khỏe mạnh, nhanh nhẹn như bao người bình thường khác. Được biết, sau khi chẩn đoán mắc bệnh, bà Hà nghiên cứu kỹ bệnh tình để lên kế hoạch điều trị. Sau 7 năm sống chung cùng ung thư, bà đưa ra ba kết luận: giữ một tinh thần lạc quan, chăm chỉ vận động, ăn uống lành mạnh chính là “chìa khóa” để chiến đấu với căn bệnh này. Nhờ suy nghĩ tích cực, lạc quan nên bà không mặc cảm về căn bệnh của mình và vẫn thường xuyên ra ngoài tiếp xúc với mọi người, xây dựng một chế độ ăn đầy đủ chất, chăm chỉ vận động bằng các môn thể thao nhẹ nhàng.

Câu chuyện thứ hai của cụ bà Riko Tanaka (sinh năm 1903) tại Nhật Bản, từng được sách kỷ lục Guinness công nhận là cụ bà lớn tuổi nhất thế giới vào năm cụ 116 tuổi là một minh chứng cho lợi ích của sức khỏe tinh thần. Có một thời gian dài, bí quyết sống lâu của cụ bà Riko Tanaka được nhiều người trên thế giới học hỏi. Điều đầu tiên, đó là cụ luôn sống lạc quan, tích cực. Các nhân viên viện dưỡng lão và con cháu của cụ Tanaka đã xác nhận điều này, cụ luôn xuất hiện với nụ cười tươi và tính cách hài hước, thân thiện, hòa đồng. Cũng nhờ suy nghĩ vui vẻ, lạc quan, cụ đã hai lần chiến thắng căn bệnh ung thư. Ngoài ra, cụ bà Riko Tanaka không phải là một người chăm chỉ tập thể thao, nhưng cụ rất chịu khó rèn luyện trí não. Cụ Tanaka thích giải toán, giải câu đố, giải trò chơi ô chữ in trên tạp chí... Cụ thường xuyên rủ những ông, bà cụ khác trong viện chơi cùng và dễ dàng chiến thắng họ. Việc luôn để cho trí não hoạt động, giúp cụ tránh được căn bệnh đáng sợ, Alzheimer và luôn tỉnh táo, minh



● **Tinh thần lạc quan, tích cực có tác dụng lớn với con người.** (Ảnh minh họa - Nguồn: leep.app)

mẫn cho đến lúc cụ qua đời.

Nghiên cứu của Tiến sĩ Elizabeth Helen Blackburn thuộc Trường Đại học California (San Francisco, Mỹ) đã chỉ ra rằng, nếu một người muốn sống khỏe mạnh đến 100 tuổi thì vai trò của sự cân bằng tâm lý chiếm gần 50%. Chế độ ăn uống hợp lý chiếm khoảng 25%, các yếu tố khác chiếm 25%. Nhiều chuyên gia cũng cho rằng tâm lý cân bằng, ổn định chính là phương pháp kéo dài tuổi thọ một cách hiệu quả. Giữ được sự cân bằng về tinh thần chính là đang nắm giữ “chìa khóa” của sức khỏe và tuổi thọ.

Đặc biệt, tinh thần lạc quan còn giúp mọi người vượt qua thử thách, khó khăn của cuộc sống. Như nữ diễn viên Quách Thu Phương (sinh năm 1977) từng bị trầm cảm sau sinh. Căn bệnh về tinh thần khiến cô suy sụp, buộc phải tạm dừng sự nghiệp khi đang ở đỉnh cao trong suốt 13 năm, mới đây cô mới quay trở lại với màn ảnh nhỏ. Nữ diễn viên từng chia sẻ, cô bị trầm cảm một thời gian dài, chỉ sau khi giải tỏa được các vấn đề về tinh thần, quyết định sống lạc quan, tập yoga, nữ diễn viên mới thoát khỏi căn bệnh trầm cảm. Cô từng nói: “Tôi cũng tin sẽ có một tình yêu đẹp đến với mình vì tôi là người sống tích cực và biết yêu bản thân, yêu mọi người”.

Hiện nay, rất nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng những người có tinh thần lạc quan thường sẽ dễ dàng tìm và thực hiện các thói quen lành mạnh như tập thể thao, ăn uống điều độ. Một nghiên cứu trên 7.000 người trưởng thành cho thấy những người có sức khỏe tinh thần tốt khả năng cao sẽ ăn các loại trái cây tươi và rau quả hơn 47% so với những người ít hạnh phúc. Cũng trong nghiên cứu này, các nhà khoa học đã chỉ ra, những người có suy nghĩ

*Cuộc sống hiện đại kéo theo nhiều áp lực bủa vây con người. Dần dần, căn bệnh về tinh thần đã quen thuộc với hầu hết mọi người trong xã hội. Theo ước tính của Tổ chức Y tế Thế giới, ngày nay có hơn 300 triệu người đã và đang phải chống chọi với “căn bệnh thầm lặng” này. Sự sa sút của tinh thần khiến rất nhiều người mắc các căn bệnh về tim mạch, huyết áp, thận, gan suy yếu,...*

tích cực thường chăm chỉ vận động thể chất hơn 33%.

## Học cách để giữ sức khỏe tinh thần

Cách để giữ một tinh thần ổn định, lạc quan, tích cực có lẽ là sự cân bằng cả ở tâm hồn và thể chất của mỗi người. Thực tế đã chứng minh, có không ít những huấn luyện viên, người mẫu thể hình gặp phải stress, trầm cảm. Lấy ví dụ, Stephanie Buttermore, một huấn luyện viên gym chuyên nghiệp đã rơi vào trạng thái tinh thần sa sút, luôn lo lắng, căng thẳng để giữ cơ thể mảnh mai và chế độ ăn uống khắt khe. Vào năm 2020, chính cô đã phải gặp các chuyên gia dinh dưỡng để điều chỉnh chế độ ăn uống, nghỉ ngơi và luyện tập. Từ một cô gái cao với lượng mỡ ít đến bất thường, cô dần quay trở lại thân hình đầy đặn, tinh thần vui vẻ nhờ việc ăn uống đủ chất và cân bằng luyện tập.

Điều này cho thấy, việc tập thể dục quá đà hay quá khắt khe trong ăn uống, nghỉ ngơi, làm việc sẽ dẫn đến những căn bệnh về tinh thần ở các mức độ khác nhau. Vì vậy, giữ cho một tinh thần tốt, cần phải điều hòa giữ việc rèn luyện cơ thể và “nuôi dưỡng” bản thân. Ví dụ như, trước kia, những người tập thể thao thường sử dụng chế độ ăn uống eat clean, keto, nhện

ăn gián đoạn,... sau này, các nghiên cứu đã chứng minh, việc ăn uống kiêng khem một thời gian dài sẽ dẫn đến những áp lực trong tinh thần, khiến người ta mệt mỏi, dễ bực bội, không thể giảm cân nặng, thậm chí ngược lại còn tăng cân. Cho nên, hiện nay, nhiều người đã quay trở về với việc ăn uống cân bằng đạm - rau - tinh bột,...

Nguyễn Minh Phương (28 tuổi, sinh sống ở Hà Nội) cho biết: “Tôi đã có bốn năm gắn bó với nhiều bộ môn thể dục, các chế độ dinh dưỡng khác nhau. Nhưng bất cứ chế độ ăn nào cũng không thể theo đuổi cả đời, vì ảnh hưởng rất nhiều đến tinh thần, như việc luôn thêm ăn, bực bội, cáu kỉnh do kiểm chế bản thân quá đà. Hơn một năm gần đây, tôi ăn uống bình thường, đầy đủ chất, hạn chế những thực phẩm gây hại cho cơ thể. Nhu cầu bản năng và mong muốn khỏe mạnh của tôi được cân bằng, khiến tôi rất hạnh phúc”.

Tiếp theo, việc giữ tinh thần khỏe mạnh còn là sự cân bằng giữa thân và tâm. Ở đây hiểu đơn giản, cơ thể được vận động, nghỉ ngơi, thì trí não cũng cần như vậy. Chính vì thế, xu hướng trên thế giới hiện nay là tìm đến các khóa học thiền, khóa học tôn giáo để an định tinh thần. Trong Đạo Phật vốn có quan niệm tâm trí con người “hoang dại”, rối loạn giống như một chú ngựa bất kham. Mỗi người cần tự huấn luyện, điều chỉnh, thuần hóa con ngựa đó. Càng suy nghĩ nhiều, con người càng rơi vào bế tắc, đau khổ. Cho nên, ở Việt Nam nói riêng và trên thế giới nói chung, có không ít người ở mọi lứa tuổi, chọn việc “huấn luyện” suy nghĩ, bằng sự tập trung, an tĩnh, bình yên khi thiền định.

Vũ Đức Anh (32 tuổi, TP HCM) tâm sự: “Cuộc sống gia đình, công việc khiến tôi luôn có không ít trăn trở, suy nghĩ, nhiều hôm muốn ngủ, nhưng tâm trí không yên, cứ trăn trở cả đêm. Lúc đấy, tôi mơ ước có khả năng “quản lý” được suy nghĩ, để tinh thần tích cực, lạc quan”. Việc ngủ ít khiến Đức Anh thường xuyên đau đầu, khó chú tâm vào công việc. Nhiều đêm, anh phải uống thuốc ngủ để có được một giấc ngủ ngon. Sau này, anh tìm đến chùa, rồi thiền định vào mỗi ngày cuối tuần ở câu lạc bộ. Lâu dần, anh học được cách tập trung, buông bỏ những chấp niệm ở trong lòng.

Cuối cùng, để có được sức khỏe tinh thần, tìm đến an yên trong tâm hồn, quan trọng nhất chính là tình yêu thương. Nhà Phật đã dạy con người đau khổ bởi sinh già bệnh chết, tâm đau khổ vì phiền não tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến. Thế nhưng, người ta cứ hơn thua với đời làm gì? Khi mà lúc ra đi, tay trắng hoàn tay trắng, thân thể cũng trở thành cát bụi. Theo lời Phật thì cuộc đời vốn chỉ là phù du, hạnh phúc đến rồi đi như cơn gió thoảng qua, điều còn lưu lại nơi trần thế mãi là tình yêu thương bao la, hơi ấm của tình người. Cho nên, để có được một tinh thần an lạc, hạnh phúc, việc chia sẻ tình yêu thương, trân trọng từng khoảnh khắc được sống là “liều thuốc” tốt nhất.

HƯƠNG NGỌC

## THÔNG BÁO

Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai thông báo cho ông Phạm Văn Hùng, sinh năm 1966, địa chỉ: 13/6, Quốc lộ 1, phường Long Bình Tân, thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai, được biết:

1. Ngày 28/6/2023 Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa đã thụ lý vụ án dân sự sơ thẩm số 787/2023/TLST-DS ngày 28/6/2023 về việc “Tranh chấp hợp đồng vay tài sản” nguyên đơn ông Nguyễn Văn Hạnh khởi kiện, yêu cầu: Buộc ông Phạm Văn Hùng phải có trách nhiệm trả lại cho ông Nguyễn Văn Hạnh số tiền nợ là 2.700.000.000đ (Hai tỷ, bảy trăm triệu đồng) và tiền lãi tạm tính trong 02 năm gần nhất đến thời điểm khởi kiện là (2.700.000.000đ x 20% x 2) = 1.080.000.000đ (Một tỷ, không trăm tám mươi triệu đồng). Tổng cộng, buộc ông Phạm Văn Hùng trả cho ông Nguyễn Văn Hạnh là 3.780.000.000đ (Ba tỷ, bảy trăm tám mươi triệu đồng).

2. Có mặt tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai vào lúc 08 giờ 30 phút ngày 10 tháng 4 năm 2024 để tham gia phiên họp kiểm tra việc giao nộp, tiếp cận, công khai chứng cứ và hòa giải.

3. Có mặt tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai để tham gia phiên tòa vào lúc 08 giờ 30 phút ngày 26 tháng 4 năm 2024. Trường hợp ông Phạm Văn Hùng vắng mặt không có lý do, Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa sẽ hoãn phiên tòa và ấn định thời gian mở lại phiên tòa vào lúc 08 giờ 30 phút ngày 20 tháng 5 năm 2024 tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai. Nếu ông Phạm Văn Hùng vắng mặt thì Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa tiến hành xét xử vắng mặt ông Hùng theo quy định của pháp luật tố tụng dân sự.

TÒA ÁN NHÂN DÂN TP BIÊN HÒA, TỈNH ĐỒNG NAI

## THÔNG BÁO

Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa thông báo cho ông Nguyễn Văn Hùng, sinh năm 1987; địa chỉ thường trú: Nhà không số, khu phố Long Đức 1, phường Tam Phước, thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai được biết:

Ngày 22 tháng 12 năm 2023, Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa đã thụ lý vụ án hôn nhân gia đình sơ thẩm số: 2991/2023/TLST-HNGĐ về việc: “Tranh chấp ly hôn”. Nguyên đơn bà Bùi Thị Tân khởi kiện yêu cầu:

- Về quan hệ hôn nhân: Bà Bùi Thị Tân yêu cầu được ly hôn ông Nguyễn Văn Hùng.

- Về con chung: Bà Tân khai có 02 con chung tên Nguyễn Văn Hiếu, sinh ngày 11/01/2012 và cháu Nguyễn Thanh An, sinh ngày 28/06/2021. Ly hôn, bà đề nghị được trực tiếp chăm sóc, nuôi dưỡng 02 cháu Hiếu và An. Tạm thời không yêu cầu ông Hùng cấp dưỡng nuôi con chung.

- Về tài sản chung: Tự thỏa thuận, không yêu cầu Tòa án giải quyết.

- Về nợ chung: Không có, không yêu cầu Tòa án giải quyết.

- Tòa án triệu tập ông Nguyễn Văn Hùng có mặt tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai vào lúc 08 giờ 00 phút ngày 10/4/2024 để lấy lời khai và cung cấp chứng cứ đối với yêu cầu khởi kiện của nguyên đơn;

- Có mặt tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai vào lúc 08 giờ 00 phút ngày 26/4/2024 để tham gia phiên họp kiểm tra việc giao nộp, tiếp cận, công khai chứng cứ và hòa giải;

- Có mặt tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai để tham gia phiên tòa vào lúc 08 giờ 00 phút ngày 16/5/2024. Trường hợp ông Nguyễn Văn Hùng vắng mặt không có lý do, Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa quyết định hoãn phiên tòa và ấn định mở lại phiên tòa vào lúc 08 giờ 00 phút ngày 04/6/2024 tại trụ sở Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa, tỉnh Đồng Nai. Nếu ông Nguyễn Văn Hùng vắng mặt thì Tòa án nhân dân thành phố Biên Hòa tiến hành xét xử vắng mặt các đương sự theo quy định của pháp luật tố tụng dân sự.

TÒA ÁN NHÂN DÂN TP BIÊN HÒA, TỈNH ĐỒNG NAI

# Chữ bác sĩ – “nỗi khổ” của bệnh nhân nhiều quốc gia

Từ lâu, vấn nạn bác sĩ viết chữ xấu vốn không còn xa lạ trong ngành Y tế của hầu hết các quốc gia trên thế giới. Đây không chỉ là “nỗi khổ” của bệnh nhân, gây khó khăn cho việc đọc - hiểu, mà còn có thể khiến bệnh nhân uống nhầm thuốc, sai liều lượng, dẫn đến hậu quả xấu, thậm chí là tử vong.

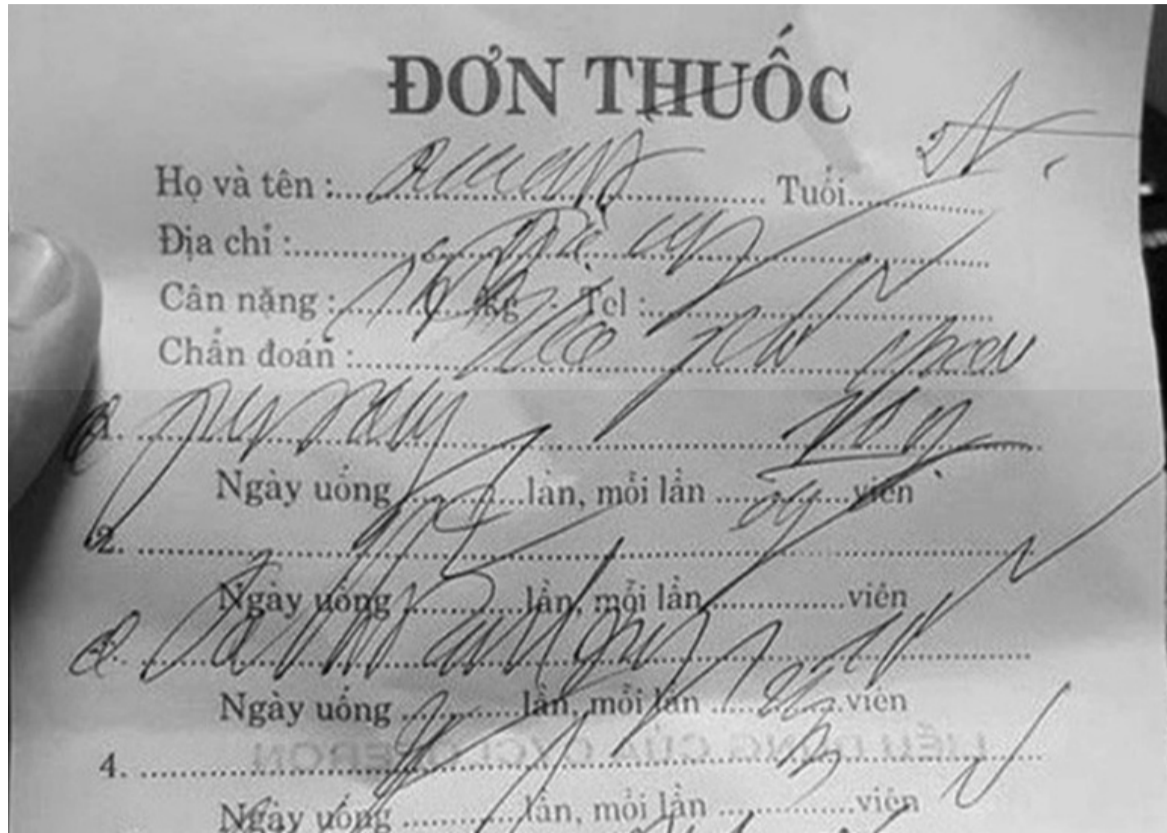
**Nỗ lực giải mã chữ viết tay của bác sĩ**

Trong ngành Y tế nói chung, câu chuyện bác sĩ viết chữ xấu vốn tồn tại nhiều năm nay. Câu chuyện không chỉ xuất hiện ở Việt Nam mà hầu như trên toàn thế giới. Chữ của bác sĩ thường xấu đến mức người xem không thể đọc được nếu như không có kiến thức y khoa. Những con số thống kê cho thấy, ở Mỹ có khoảng 10% bác sĩ viết chữ không đọc được, Anh là 15%, Ấn Độ 18% và Nepal lên tới 49%. Như vậy, có đến hàng triệu người trên thế giới đang phải nỗ lực giải mã chữ viết tay của bác sĩ.

Lý giải cho việc vì sao bác sĩ viết chữ xấu, một bài báo trên Tạp chí Khoa học Y tế Manipal ghi rằng: Trước hết, các bác sĩ viết không rõ ràng không phải là một hành động cố ý nhằm gây nhầm lẫn cho mọi người, mà là một hậu quả vô tình của việc coi trọng những công việc khác. Chúng ta nên thừa nhận rằng bác sĩ không phải là những người bình thường mà chính là những người thể hiện kỹ năng vận động tinh xảo, như trong các ca phẫu thuật phức tạp.

Thứ hai, các bác sĩ có xu hướng dồn toàn bộ tâm sức tập trung vào việc chẩn đoán và điều trị hơn là ghi văn bản hoặc viết đơn thuốc mà bệnh nhân cũng như người thân của họ đang hồi hộp chờ đợi. Tuy nhiên, chữ viết của các bác sĩ cũng không khác hơn, khi họ viết những bức thư chung chung trong những giờ rảnh rỗi ở nhà.

Có thể thấy, việc các bác sĩ viết chữ xấu không phải do cố tình, cũng không phải vì muốn đánh đổ bệnh nhân mà nguyên do đến từ đặc thù công việc của họ. Ai cũng biết công việc của bác sĩ áp lực rất lớn, mỗi ngày khám bệnh cho hàng trăm bệnh nhân. Vào những ngày cao điểm, nhu cầu của người dân đến khám, chữa bệnh ngày càng tăng cao, trong khi số lượng bác sĩ không đủ để đáp ứng, các bác sĩ phải làm việc thêm giờ và đôi mắt với



● Ảnh minh họa. (Ảnh: dantri.com.vn)

nhiều áp lực khác nhau. Điều này khiến các bác sĩ không chỉ làm trong môi trường áp lực mà còn phải làm việc với tốc độ nhanh. Do đó, việc viết chữ xấu trở thành điều không thể tránh khỏi.

Dẫu biết đây là “chuyện thường ngày ở huyện”, thế nhưng nếu chữ bác sĩ chỉ viết cho bác sĩ đọc thì không sao, nhưng vì người đọc là bệnh nhân nên câu chuyện trở nên phức tạp. Nhất là khi chữ viết có liên quan trực tiếp đến sức khỏe bệnh nhân thông qua việc nhận xét tình trạng bệnh, kê đơn thuốc...

Hệ lụy của việc chữ bác sĩ kê đơn xấu rất dễ thấy, đặc biệt trong việc mua thuốc theo kê đơn có thể khiến người bệnh sử dụng sai thuốc hoặc không đúng liều, dẫn đến hậu quả xấu, thậm chí là tử vong. Theo một báo cáo, hàng năm ở Mỹ có hơn 7.000 - 9.000 người chết và ít nhất 1,5 triệu người bị ảnh hưởng xấu đến sức khỏe do nhầm lẫn về thuốc.

## Cần nhiều cách khắc phục

Trước thực trạng chữ bác sĩ “như gà bới”, nhiều quốc gia đã tìm cách khắc phục bằng các cách xử phạt, bắt bác sĩ cải thiện chữ viết, kê đơn điện tử... Tại Ấn Độ, việc bác sĩ viết chữ xấu là điều không mới nhưng tại đây chữ viết của bác sĩ đã trở thành lĩnh vực chịu sự điều chỉnh của luật pháp. Vào đầu năm 2024, Tòa án tối cao Odisha (bang Odisha) đã ban hành lệnh cho tất cả các bác sĩ viết báo cáo khám nghiệm tử thi và đơn thuốc bằng chữ in hoa hoặc ít nhất là chữ viết tay dễ đọc. Được biết, lệnh được ban hành sau khi tòa án xét xử một trường hợp tử vong do rần rần, nhưng báo cáo khám nghiệm tử thi không được viết rõ ràng.

Một lần khác, 3 bác sĩ tại bang Uttar Pradesh của Ấn Độ đã bị tòa án địa phương phạt mỗi người 5.000 rupi (khoảng 1,7 triệu VND) trong 3 vụ việc riêng rẽ vì chữ viết quá xấu. Theo tòa thượng thẩm Allahabad ở Lucknow (thủ phủ bang Uttar Pradesh) các hồ sơ bệnh án về thương tích của nạn nhân trong 3 vụ án hình sự được cấp bởi các bác sĩ thuộc 3 bệnh viện tại huyện Sitapur, Unnao và Gonda là “không thể đọc được” và điều này được coi là gây khó khăn cho hoạt động của tòa. Phán quyết của tòa cũng yêu cầu giới chức địa phương bảo đảm trong tương lai mọi hồ sơ bệnh án phải được thể hiện bằng ngôn ngữ dễ đọc và chữ viết rõ ràng.

Theo South China Morning Post, vài năm trước, một bệnh viện ở thành phố Ninh Ba, tỉnh Chiết Giang, Trung Quốc đã đưa ra yêu cầu các bác sĩ phải cải thiện chữ viết, nếu không sẽ bị trừ tiền phụ cấp. Thông báo cho biết các bác sĩ phải viết chữ cẩn thận và rõ ràng trong sổ khám bệnh của bệnh nhân, để giúp người bệnh có thể đọc được và hiểu rõ yêu cầu của bác sĩ, cũng như dễ dàng cho đồng nghiệp trong quá trình đội ngũ bác sĩ phối hợp, điều trị cho người bệnh. Giám đốc bệnh viện cũng đã lập ra một chính sách khen thưởng cho vấn đề chữ viết của bác sĩ nơi đây.

Còn tại Việt Nam, Theo Nghị định 117 của Chính phủ quy định xử phạt vi phạm hành chính trong lĩnh vực y tế, một trong các hành vi liên quan đến

trụ 04/2022, theo yêu cầu của Bộ Y tế, trước 30/6/2023, tất cả cơ sở khám, chữa bệnh phải thực hiện việc kê đơn thuốc điện tử. Theo đó, lộ trình này được đặt ra với bệnh viện từ hạng 3 trở lên phải hoàn thành trong năm 2022, trong khi các cơ sở khám, chữa bệnh khác (như trạm y tế, các cơ sở y tế tư nhân...) thì muộn hơn, hoàn thành trước tháng 7/2023. Đây được coi là một động thái quan trọng nhằm tăng cường an toàn trong giao tiếp y tế. Đồng thời đây cũng là bước ngoặt trên hành trình số hoá bệnh án - “xóa sổ” bệnh án giấy, ngành Y tế đặt mục tiêu năm 2030, tất cả các cơ sở khám, chữa bệnh phải triển khai hồ sơ bệnh án điện tử.

Việc chuyển đổi số trong y tế là hoạt động gắn liền, mật thiết với bệnh viện, thầy thuốc và người dân Việt Nam. Trước tiên là đơn thuốc hay bệnh án khi chuyển từ viết tay sang đánh máy, người dân không còn phải đau đầu dịch. Tiếp theo, mỗi hồ sơ bệnh án điện tử được áp dụng sẽ tiết kiệm thời gian cho bác sĩ hơn là bệnh án giấy. Theo kết quả khảo sát được thực hiện tại

Bệnh viện TP Thủ Đức (TP HCM), thời gian làm hồ sơ giảm rõ rệt từ 30,56 phút (với hồ sơ bệnh án giấy) còn 18,46 phút (bệnh án điện tử).

Mặc dù đã có nhiều giải pháp được đưa ra cũng như đã triển khai, nhưng để khắc phục tình trạng “chữ xấu” của bác sĩ có lẽ sẽ còn là câu chuyện dài và khó. Như tại Ấn Độ, dù đã có nhiều lệnh phạt và quy định về chữ viết của bác sĩ nhưng nhìn chung tình trạng trên vẫn chưa được cải thiện. Còn tại Việt Nam, Thông tư 04/2022 đã được ban hành nhưng do không nêu rõ yêu cầu khi nào phải “xóa sổ” đơn thuốc viết tay, vì thế không ít cơ sở y tế từ tuyến Trung ương tới xã, phường, y tế tư nhân, vẫn còn tình trạng đơn thuốc được bác sĩ kê bằng tay, thay vì in đơn điện tử. Do đó, ngành Y tế Việt Nam cần nỗ lực đẩy sớm lộ trình bằng cách triển khai đặt lịch khám trực tuyến, thanh toán viện phí điện tử, áp dụng phần mềm quản lý hồ sơ bệnh án đã được thẩm định và bỏ bệnh án giấy tại các bệnh viện trên cả nước.

LINH CHI



● Đơn thuốc hay bệnh án khi chuyển từ viết tay sang đánh máy, người dân không còn phải đau đầu dịch chữ.

(Ảnh: TTXVN)

kê đơn thuốc sẽ bị phạt tiền 1 - 2 triệu đồng là “không ghi đầy đủ, rõ ràng vào đơn thuốc”. Tuy nhiên, việc xử phạt 1 - 2 triệu đồng theo quy định trên đây khó áp dụng vì khái niệm thế nào là “không ghi đầy đủ, rõ ràng” khá mù mờ, phải định nghĩa rõ điều này thì mới có căn cứ để phạt. Về nguyên tắc, đơn thuốc nào cũng ghi đầy đủ các thông tin trên. Vấn đề là việc viết tay khiến đa số bệnh nhân, thậm chí được sĩ khó đọc, khó dịch, nhưng vẫn có người dịch ra được thì khó xử phạt.

Vì vậy, để giải quyết vấn đề “chữ bác sĩ”, giải pháp đơn thuốc đánh máy đã được thực hiện tại Việt Nam. Trong Thông

## CÔNG TY ĐẤU GIÁ HỢP DANH LAM HỒNG THÔNG BÁO

Công ty đấu giá hợp danh Lam Hồng được Sở Tư pháp tỉnh Nghệ An cấp Giấy đăng ký hoạt động số 32/TP-ĐKHĐ ngày 12/3/2024. Địa chỉ công ty tại tầng 3, số nhà 28, đường Nguyễn Sỹ Sách, phường Hưng Bình, thành phố Vinh, tỉnh Nghệ An.

Giám đốc công ty: Trần Anh Tuấn - Chứng chỉ hành nghề đấu giá số: 2254/TP/ĐG-CCHN do Bộ Tư pháp cấp ngày 22/9/2022.

Thành viên hợp danh: Nguyễn Đình Tài. Số điện thoại liên hệ 0915.173.999 – 0888.423.789.

# Chuyện của... Trúc Chi

**Tranh Trúc Chi được biết đến như những “bức tranh trong giấy”. Hầu hết các bức tranh Trúc Chi đều mang nét đẹp hoài cổ Việt Nam, được thể hiện qua hình ảnh bông sen, ánh trăng tròn, khóm trúc, con trâu...**

**Từ chiếc nón bài thơ xứ Huế**

Trúc Chi là sản phẩm được bắt đầu từ một dự án cá nhân của họa sĩ Phan Hải Bằng (Trường Đại học Nghệ thuật - Đại học Huế). Với nhu cầu tìm kiếm một loại giấy mới, trải qua quá trình dài nghiên cứu về giấy thủ công tại các làng nghề thủ công khắp mọi miền Việt Nam đã kích thích anh tới những ý nghĩ táo bạo: Giấy thủ công có phải chỉ có mỗi giấy dó? Liệu giấy có thể là một tác phẩm tự thân hay không? Có thể tạo ra một môi trường cho nghệ thuật giấy hay không? Từ đó, anh mong muốn mang lại cho giấy thêm khả năng, “thoát” khỏi thân phận làm nền để trở thành tác phẩm tự thân, độc lập. Và bắt đầu từ năm 2000, họa sĩ Phan Hải Bằng đã cùng các cộng sự nghiên cứu và phát triển Trúc Chi. Đội ngũ nghệ sĩ đã liên tục nghiên cứu và sáng tạo để mang thêm một lựa chọn thẩm mỹ thông qua nghệ thuật giấy cho Việt Nam và thế giới.

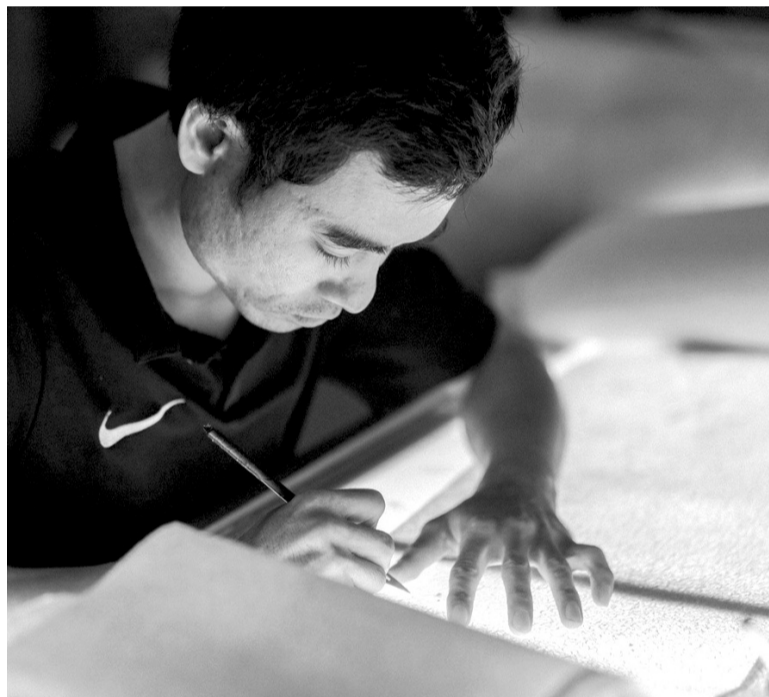
Dựa trên cơ sở giấy truyền thống, nghệ thuật giấy, giấy nghệ thuật Trúc Chi mang hàm ý tre trúc là biểu tượng của văn hóa và tinh thần Việt. Không chỉ mang chất liệu từ cây tre, một tác phẩm Trúc Chi còn có chất liệu là các xơ sợi từ trúc, giang, chuối, ngô, rom, lục bình, dừa, bã mía... với độ óng và màu sắc khác nhau. Kết hợp với tính chất bề mặt, độ thấm hút khác nhau của từng loại giấy khác nhau (giấy dó, giấy tái chế...) mà cho ra những tác phẩm tranh Trúc Chi khác nhau theo ý đồ của người nghệ sĩ.

Tên gọi Trúc Chi được định danh bởi dịch giả Bửu Ý vào năm 2014, với ý nghĩa tương đồng với washii (hòa chi) là từ để chỉ giấy thủ công của người Nhật, hanji (hàn chi) là từ để chỉ giấy thủ công của người Hàn Quốc, nhưng đặc biệt hơn ở chỗ gợi đến hình tượng cây tre, cây trúc, một biểu tượng văn hóa và tinh thần Việt, thay vì chỉ một nguyên liệu cụ thể.

Hình ảnh nón bài thơ Huế với yếu tố nghệ thuật thị giác đã gợi cảm hứng cho họa sĩ Phan Hải Bằng bắt đầu với tranh Trúc Chi. Họa sĩ chia sẻ: “Nón bài thơ là câu chuyện về chàng trai đã viết bài thơ tình của mình lên chiếc nón (mông) đặc biệt, để đến khi đưa chiếc nón lên cao dưới ánh sáng (mặt trời) thì sự hiện diện còn lại duy nhất chính là bài thơ. Còn ở Trúc Chi, “bài thơ” ấy chính là một tác phẩm rõ rệt”.



● **Thưởng trà, ngắm tranh trong không gian triển lãm Trúc chi tại Hà Nội.** (Ảnh: Trúc chi Garden)



● **Họa sĩ Hải Bằng mong tranh Trúc Chi hòa vào dòng chảy nghệ thuật thế giới.** (Ảnh: NVCC)

Hơn nữa, toàn bộ tinh thần của nghệ thuật Trúc Chi được gói gọn trong biểu tượng “chiếc đòn gánh”, thường được đặt trang trọng trong không gian của Trúc Chi. Chiếc đòn gánh - dụng cụ truyền thống, phổ biến trong đời sống hàng ngày của người Việt xưa, thể hiện sức mạnh nội lực và năng lượng dẻo dai của người mẹ thông qua đặc tính bền vững của chất liệu xơ sợi.

Theo đuổi nghệ thuật giấy, Hải Bằng tự tạo cho mình sân chơi, với công đoạn đầu là của nghề giấy thủ công truyền thống trên chất liệu xơ sợi thân thiện với môi trường. Chất liệu đó có thể là xơ sợi từ tre, trúc, giang, chuối, ngô, rom, lục bình, dừa, bã mía, cỏ... “Từ năm 2000, tôi đã làm ra tám giấy đầu tiên từ những miếng giấy tái chế, giấy vệ sinh... Đến năm 2007 - 2008, tôi nhận được học bổng châu Á học và đến Chiang Mai (Thái Lan) để nghiên cứu về giấy trong 7 tháng rông. Năm 2011, tôi xây dựng xưởng thực nghiệm trong Trường ĐH Nghệ thuật (ĐH Huế) trong tình cảnh rất khó khăn. Tôi đã tận dụng đủ thứ, nhặt gạch quanh trường để xây lò, mua thùng làm nồi nấu giấy... Tôi chẻ tre, còn mẹ tôi đi xin bã mía quanh phố, rom

thi học trò lấy từ quê lên, chuối thi tôi chặt trong vườn của trường... để thử nghiệm.

Có được nguyên liệu, tôi ngâm, nấu, rồi seo thành giấy, rồi làm tranh..., vừa làm vừa ghi chép. Tôi phải thử nghiệm nhiều lần và tốn rất nhiều thời gian mới đưa ra được một công thức cho từng loại nguyên liệu. Sau khi hoàn thành, khả năng đầu tiên của giấy là làm nền; khả năng thứ hai là giấy thành tác phẩm tự thân, có thể tạo nên các sắc độ sáng tối; khả năng thứ ba là đối thoại giữa nền trúc chi với tín hiệu sẽ được in, vẽ... lên trên đó”.

**Hòa vào dòng chảy nghệ thuật thế giới, tại sao không...**

Đại diện Trúc Chi Hà Nội, CEO Vũ Thị Kim Dung cho biết: Khi trực tiếp ngắm nhìn và dùng tay sờ vào những chất liệu xơ sợi, người xem sẽ cảm nhận được sự cầu kỳ, tinh tế và sự tỉ mỉ của người họa sĩ. Nhiều người chia sẻ, họ thực sự trân quý những sáng tạo được xây dựng dựa trên nền móng của nghề giấy thủ công truyền thống, kết hợp giữa xưa và nay để tạo ra một loại nghệ thuật giấy mới. Ngày xưa giấy dó thường dùng để viết chữ nho hay làm tranh Đông Hồ nhưng giờ những giá trị đó dần dần bị mai

giấy truyền thống. Bằng sự kết hợp chất liệu giấy Trúc Chi với nghệ thuật ánh sáng, tác phẩm thể hiện tinh thần hào sảng và hùng tráng của người Việt trên Biển Đông. Hình tượng những chiến thuyền được đan cài ẩn hiện với hệ thống sóng nước, vân mây, hoa lá... Thuyền giống như một chuyến du hành vào lịch sử thông qua hệ thống hình ảnh về các phương tiện và các hình thức di chuyển cổ xưa trong đời sống vật chất và tâm linh của người Việt...

Theo họa sĩ Hải Bằng, để làm một tác phẩm Trúc Chi cần trải qua hai giai đoạn: làm giấy, sau đó là Trúc Chi. Mỗi tác phẩm đều mang tính sáng tạo cao với những thiết kế riêng biệt, sử dụng trong những không gian khác nhau. Vì thế, việc chọn loại giấy và làm giấy trong quá trình kết hợp với nước và sau đó là Trúc Chi cần nhiều công phu - để khi đặt tác phẩm trong không gian nào mới có thể bật lên vẻ đẹp của tác phẩm ấy thông qua các hiệu ứng ánh sáng.

Đầu tiên, họa sĩ ngâm nguyên liệu thô như tre, rom, mía, bèo... sau đó nấu với vôi, nghiền, giã thành bột giấy rồi “seo” thành tấm giấy trên khung. Tiếp đó là kỹ thuật Trúc Chi, được thực hiện ngay trên tấm giấy ướt. Họa sĩ sẽ sử dụng một vòi phun tạo áp lực nước để thay đổi cấu trúc xơ sợi, tạo nên độ dày mỏng khác nhau, với những hình ảnh đã được cắt trở theo phác thảo, ứng với hệ thống sắc độ khi tương tác với ánh sáng.

Bà Dung chia sẻ thêm, để phân biệt bức tranh Trúc Chi đẹp, người xem có thể dựa vào sự mềm mại của bức tranh, từng lớp lang trên một bức tranh. Ví dụ tranh Trúc Chi Huế sẽ 4 - 5 lớp dày mỏng khác nhau, chính độ dày mỏng này sẽ tạo nên chiều sâu, độ xa gần cho bức tranh. Với mỗi tác phẩm, họa sĩ đều phải sắp xếp từng họa tiết bằng tay với tư duy thẩm mỹ nên nét vẽ luôn mềm mại, uyển chuyển và sống động. Điểm đặc biệt của tranh Trúc Chi là mỗi sản phẩm là một độc bản các họa tiết in chìm trên đó, có nét nghệ thuật độc đáo riêng. Và chỉ riêng công đoạn về xử lý nguyên vật liệu đã có đến hàng chục các loại tơ sợi khác nhau: từ xơ sợi tre, xơ sợi mía, lá dâu tằm, ngó sen, dâu ngô... trên một tác phẩm. Đó chính là sự luân phiên, sự kết hợp đa dạng của nhiều loại xơ sợi. Đầu tiên là chẻ nhỏ tre ra rồi phân loại ruột, vỏ, sau đó ngâm với nước vôi suốt đêm, rồi nấu 12 giờ liên tục và cho vào máy nghiền thành bột giấy. Tiếp đó, đổ bột lên khuôn rồi cho vào máy ép khô nước. Còn hình ảnh, hoa văn trên giấy được tạo bằng cách sử dụng bút nước rửa ngay trên tấm giấy còn ướt, sau đó đem phơi khô. Sau khi tranh giấy hoàn thành thì bôi lên một lớp vôi lụa để bảo đảm độ dai, độ an toàn cho bức tranh giấy, không dễ bị rách.

Có thể thấy, tranh Trúc Chi không những mang hơi thở quá khứ mà từ đó là những sáng tạo bất tận trong cuộc sống đương đại. Sau hơn 10 năm, tranh Trúc Chi đang dần dần được đón nhận như một giá trị văn hóa mới đậm chất Việt. **MIỄN THẢO**

Họa sĩ Hải Bằng bày tỏ: “Tôi từng có mong muốn xây dựng Trúc Chi thành một môn học (paper art) trong Trường ĐH Nghệ thuật (ĐH Huế). Tuy nhiên, đến giờ vẫn còn là ước mong.

Tôi mong ước đến một ngày nào đó, tính phổ quát của Trúc Chi sẽ vươn ra trên toàn thế giới. Sẽ có những họa sĩ ở châu Phi, châu Mỹ... sáng tạo nghệ thuật giấy, mà hồ sơ tác phẩm ở mục kỹ thuật chất liệu được sẽ được ghi là trucchigraphy. Với tính phổ quát đó, Trúc Chi sẽ là đóng góp của Việt Nam vào dòng chảy nghệ thuật thế giới. Đó là cách trả ơn, như chúng tôi học hỏi từ bạn nhiều thứ để hình thành nên trucchigraphy, Trúc Chi và nhiều thứ khác nữa. Đó cũng là cách ứng xử mở rộng ra với truyền thống nhân loại chứ không riêng gì Việt Nam”...

một. Một điều trân quý hơn nữa là tất cả những nguyên liệu dùng chủ yếu là từ những nguyên liệu địa phương, rất gần gũi trong đời sống sinh hoạt của người dân Việt Nam như: tre trúc, bã mía, dâu tằm... Trong guồng quay cuộc sống hiện nay, tranh Trúc Chi đưa người xem trở về với những giá trị xưa cũ, gần gũi thiên nhiên, giúp giảm bớt áp lực của cuộc sống, mang lại nhiều xúc cảm và sự an nhiên, tự tại.

Bà Vũ Thị Kim Dung cho biết, ban đầu Trúc Chi Hà Nội chỉ có tác phẩm tranh Trúc Chi nhưng sau để khẳng định vị thế của mình so với các cái dòng tranh nhái trên thị trường, tranh Trúc Chi Hà Nội đã đưa nhiều ứng dụng vào trong không gian nội thất khác nhau, từ không gian phòng gia đình, cơ quan làm việc, không gian về thờ thiên đến các không gian chính trị và văn hóa quan trọng của quốc gia như Văn phòng Chính phủ, tác phẩm trong đường hầm Quốc hội... mang những nét văn hóa dân tộc, lịch sử dân tộc. Với bộ tranh “Vọng niệm” được trưng bày ở đường hầm Quốc hội thể hiện như một nỗi nhớ về những vàng son lộng lẫy trên đất cố đô từ thời các chúa Nguyễn cho đến thời nhà Nguyễn, thể hiện những mảnh vụn di sản kiến trúc Huế trên nền

# PHẬN ĐỜI SẦU THƯƠNG CỦA NHẠC SĨ ĐỖ LỄ

**Đỗ Lễ được nhiều người biết đến nhờ những bản tình ca buồn như: "Sang ngang", "Mắt buồn", "Ngày tạm biệt"... Những lời ca day dứt, đau thương đã vận vào cuộc đời người nghệ sĩ tài hoa, bạc mệnh này.**

**Chuyện tình ngang trái của nhạc sĩ toàn tài**

Nhạc sĩ Đỗ Lễ tên thật là Đỗ Hữu Lễ, ông sinh ngày 12/10/1941 tại Hà Nội. Từ nhỏ, ông đã là một người thông minh, có nhiều tài năng, được gia đình đầu tư cho học ở các ngôi trường nổi tiếng. Ông từng học tại Trường Hàng Vôi, sau đó là Trường Chu Văn An vào những năm trung học. Đến khi gia đình chuyển vào Sài Gòn (TP HCM) sinh sống, ông lại tiếp tục theo học những ngôi trường danh tiếng lúc bấy giờ là Trường Cao đẳng Mỹ thuật Sài Gòn (1953 - 1954), Đại học Khoa học Sài Gòn (1959), Đại học Luật Khoa Sài Gòn (1963).

Không những có nền tảng học vấn tốt, nhạc sĩ Đỗ Lễ còn có tài năng sáng tác âm nhạc từ bé. Từ năm 10 tuổi, ông đã tự học nhạc, đến năm 15 tuổi bắt đầu sáng tác những ca khúc đầu tiên. Tuy nhiên, trong giai đoạn thiếu thời, ông không gây được tiếng vang bằng tài năng âm nhạc của mình. Phải đến lúc ngoài hai mươi tuổi, trải qua mỗi tình day dứt với nữ ca sĩ Lê Thanh, ông mới có những sáng tác để đời là chùm ba ca khúc "Sang ngang", "Chia ly" và "Tình phụ".

Câu chuyện tình của Đỗ Lễ với Lê Thanh bắt đầu khoảng những năm 50 của thế kỷ trước. Lúc bấy giờ, Lê Thanh đã là một ca sĩ có tiếng. Bà nổi bật nhờ vẻ đẹp nhẹ nhàng, trong trẻo, giọng ca dịu dàng, ấm áp. Các nhà văn thời đó ca tụng bà giống như một nữ sinh e ấp, ngọt ngào trong những bộ váy, áo dài màu thiên thanh, màu trắng, xám bạc,... khiến biết bao người đàn ông say mê trông "cây si". Nhạc sĩ Đỗ Lễ cũng như vậy, ông yêu tha thiết nàng kiều nữ Sài Gòn.

Tuy nhiên, vì gia cảnh nghèo không "môn đăng hộ đối", cộng thêm tính cách của Lê Thanh vốn đoan trang, nền nã, không gần gũi với bất cứ người đàn ông nào lúc bấy giờ. Cho nên có lẽ, tình cảm của Đỗ Lễ chỉ đến từ một phía. Sau mười năm ca hát, khi đang ở đỉnh cao sự nghiệp, Lê Thanh tuyên bố giải nghệ đi lấy chồng, dứt khoát rời xa sự nghiệp ca hát của mình. Bà để lại cho người hâm mộ biết bao nuối tiếc và làm "tan vỡ" không ít trái tim của những chàng trai thầm yêu bà, trong đó có Đỗ Lễ.



● Cổ nhạc sĩ Đỗ Lễ là một người tài hoa. (Nguồn ảnh: Chuyện Xưa)



● Bài hát "Sang ngang" lấy cảm hứng từ mỗi tình đơn phương của ông với nữ ca sĩ Lê Thanh.

(Nguồn ảnh: Thời Xưa)

Nữ danh ca Thanh Lan từng viết về nhạc sĩ Đỗ Lễ và ca khúc "Sang ngang" như sau: "Anh đến với khán thính giả yêu nhạc bằng đôi hũa bầy dậm, chỉ cần đặt bút viết xuống đôi lời thủ thi "Thời nín đi em, lệ đắm vai rồi, buồn thương nhớ ơi...", anh đã trọn vẹn nắm được con tim của tất cả những ai đã từng nếm được hạnh phúc cũng như đau thương của tình yêu đích thực".

Bởi quá yêu thương nàng ca sĩ Lê Thanh, Đỗ Lễ không kìm được lòng sáng tác ca khúc "Sang ngang" với lời ca day dứt, đau thương. "Thời nín đi em!/Lệ đắm vai rồi/Buồn thương nhớ ơi!/Anh hỡi đôi mình/Mộng nay đã tan/Tình đã dở dang". Bài hát đã đưa tên tuổi của ông đến gần với công chúng, gây dựng nên danh tiếng cho ông. Các thiếu nữ thời ấy mê mẩn những bản tình ca buồn của ông. Họ hâm mộ nói với nhau rằng Đỗ Lễ là "một người đàn ông si tình". Vì lời ca của ông sao mà quyến luyến, nặng tình, thủy chung và sắt son như vậy.

Sau khi chứng kiến Lê Thanh "sang ngang", ông tìm tới men rượu, say trong nỗi đau và sáng tác thêm nhiều điệu nhạc khúc theo nhịp điệu slow, vừa ca ngợi tình yêu, vừa than thở cho thân phận một người đàn ông bị lỡ duyên với cô gái mình yêu. Cũng vì nhớ thương người cũ, mà ngay đến người vợ duy nhất ông lấy trong cuộc đời là nữ ca sĩ Hoài Xuân

cũng phảng phất bóng dáng của danh ca Lê Thanh.

Lâm Tường Dũ viết: "Khoảng cuối năm 1964, ở tại một phòng trà nhỏ nằm gần đường Đinh Tiên Hoàng, Dakao, Tân Định có cái tên rất là Nhật Bản Kontiki. Nhạc khúc "Sang ngang" được một ca sĩ hạng B tên Hoài Xuân trình bày. Cô ca sĩ khoảng 17, 18 tuổi rất xinh, rất đẹp có đôi mắt buồn nao nuột. Nàng cất giọng ca thể lương băng giá cả màn đêm. Bản nhạc này được giới thưởng ngoạn buổi đó khen ngợi nhiệt tình...".

Theo nhiều người kể lại, lần đầu chứng kiến ca sĩ Hoài Xuân hát ca khúc "Sang ngang", Đỗ Lễ ngồi ở dưới không rời mắt khỏi vẻ đẹp u buồn, thoáng nét sầu mơ của cô. Từ đó về sau, dù cô đi diễn ở bất cứ phòng trà nào, ông cũng tham gia ngồi nghe. Đỗ Lễ ân cần đưa đón nữ ca sĩ trẻ về nhà, trở thành một điểm tựa cho cô. Tuy nhiên, một số người thân thiết với Đỗ Lễ cho rằng, ông tìm thấy những nét tương đồng của

"Ai từng yêu nhạc mà không âm thầm nghĩ đến Đỗ Lễ, cái lặng lẽ âm thầm ấy là sự đau thương trong tình khúc reo hờn trầm buồn đi thẳng vào cuộc đời. Từ muôn trùng, mỗi lần nghe tiếng nhạc trời vang là mỗi lần cảm thấy lòng bùi ngùi, se sắt lại, tình băng khuâng với dòng nước, hồn lơ lửng theo mây gió. Trong những phút tuyệt vời ấy, người ta lại thầm nghĩ tới người nghệ sĩ đã soạn thành những tình khúc dang dở của tình yêu, hình dung đến cái đẹp hào hoa, tao nhã của con người nhiều lãng mạn...", nhạc sĩ Phạm Duy nhận xét.

Hoài Xuân với Lê Thanh khi cô trình diễn trong các phòng trà.

Vì vậy, cuộc hôn nhân của Đỗ Lễ và nữ ca sĩ Hoài Xuân diễn ra rất ngắn ngủi, hai người chóng vánh kết hôn, nhanh chóng ly hôn sau 6 năm chung sống. Cặp đôi có với nhau ba người con. Khi chia tay, đời tư của họ không còn được nhắc đến nhiều nữa. Thời gian đau khổ này ông sáng tác bài "Tình phụ". Bài hát cũng đã được tuyển chọn vào vòng chung kết những nhạc phim hay tại Đại hội Điện ảnh Á châu tổ chức tại Tokyo vào đầu thập niên 1970 và cũng là bài hát trong phim "Sóng tình" với diễn viên chính là Thẩm Thúy Hằng.

### Lời ca vận vào số phận

Đỗ Lễ được mệnh danh là "cha đẻ của những bản tình ca dang dở", nhạc của ông mang cái lặng lẽ, âm thầm, sự đau thương trong tình khúc reo hờn trầm buồn đi thẳng vào cuộc đời. Từ muôn trùng, mỗi lần nghe tiếng nhạc trời vang là mỗi lần cảm thấy lòng bùi ngùi, se sắt lại, tình băng khuâng với dòng nước, hồn lơ lửng theo mây gió. Trong những phút tuyệt vời ấy, người ta lại thầm nghĩ tới người nghệ sĩ đã soạn thành những tình

khúc dang dở của tình yêu, hình dung đến cái đẹp hào hoa, tao nhã của con người nhiều lãng mạn và mộng mơ, để lòng thổn thức với thế nhân. Và có lẽ lời ca đã "tiên đoán" trước số phận buồn của Đỗ Lễ.

Dù có cả học thức, tài năng, nhưng cuộc đời của Đỗ Lễ vẫn là một câu chuyện đau thương. Cả cuộc đời, ông chỉ dành tình yêu cho một người không bao giờ hồi đáp mình. Đến khi những lời ca của ông phai mờ trong lòng khán giả, ông lại chắt vặt trong con đường mưu sinh, kiếm sống.

Thời gian đầu, ông từng phụ trách một chương trình ca nhạc hàng tuần trên Đài Truyền hình Sài Gòn mang tên Thời trang nhạc tuyển. Chương trình này quy tụ các ca sĩ như: Hoàng Oanh, Khánh Ly, Thanh Lan, Phương Hồng Hạng, Ngọc Minh, Thanh Tuyền, Giao Linh, Hương Lan, Caroll Kim, Hoài Xuân, Xuân Đào, tam ca Sao Băng, 3 Trái Táo...

Sau năm 1975, ông mở các lớp dạy thanh nhạc để mưu sinh. Thời kỳ đó, ông vẫn giữ được vẻ phong độ, bảnh bao của mình.

Một người bạn thân đã miêu tả ông như sau: "Đó là một người đàn ông trung niên chừng 50 tuổi, dáng vẻ đầy tự tin có pha chút tự cao, ăn mặc chải chuốt, cao khoảng 1,60m và hoàn toàn không đẹp trai". Nhờ danh tiếng của các bài tình ca thuở trai trẻ, ông vẫn được nhiều người mến mộ, tìm đến vì tò mò, vì yêu âm nhạc. Bản thân ông lúc này cũng sống cùng người tình.

Với bản tính hiền lành, nhạy cảm và quảng giao, ông có rất nhiều anh em, bạn bè thân thiết. Tuy nhiên, ở cái tuổi ngoài năm mươi, Đỗ Lễ vẫn mong muốn được ở gần bên gia đình. Đến năm 1995, ông được người thân bảo lãnh sang Mỹ và sống ở tiểu bang Pennsylvania, thành phố Philadelphia. Đây có lẽ là một quyết định đúng đắn, trở thành "con dóc" chôn vùi cuộc đời người nghệ sĩ tài hoa này. Do không thể thích nghi, hòa nhập với môi trường sống mới, ông bị trầm cảm nặng.

Vào tháng 10/1996, Đỗ Lễ trở về thăm quê hương và đến ngày 24/3/1997 thì đột ngột kết liễu đời mình bằng một liều ký ninh cực mạnh trong căn nhà đang thuê trên đường Trần Đình Xu, quận 1, TP HCM. Đỗ Lễ để lại một số thư tuyệt mệnh. Những bức thư hiện tại vẫn chưa được công bố rộng rãi. Nhưng theo một số người thân, bạn bè của ông chia sẻ, thư nói về những nỗi đau buồn, cảm hứng sáng tác từ các mối tình bi lụy của ông. Người tình Vương Thị Lam Phương chia sẻ, tính cách của ông vốn nhạy cảm, mềm yếu, chỉ cần một chút chuyện buồn cũng có thể khiến ông suy sụp, gục ngã.

Đỗ Lễ ra đi bất ngờ khiến cho bạn bè, thân nhân và người hâm mộ của ông vô cùng đau buồn, tiếc thương. Đến tận bây giờ, những ca khúc của ông vẫn được nhiều nhạc sĩ lựa chọn để trình diễn trên các sân khấu lớn. Cuộc đời tài hoa, cô độc, buồn tẻ của Đỗ Lễ vẫn để lại cảm xúc day dứt trong lòng người lỡ ái mộ nhạc của ông. ANH NHI

DU LỊCH Y TẾ:

# Đòn bẩy phát triển ngành du lịch?

Với tính chất là mô hình du lịch nghỉ dưỡng kết hợp chăm sóc sức khỏe bằng các liệu pháp y tế hiện đại, mang lại những trải nghiệm thư giãn, đồng thời phòng ngừa các tác nhân gây bệnh, sử dụng các liệu pháp thẩm mỹ làm đẹp không xâm lấn... du lịch y tế sẽ là đòn bẩy phát triển ngành du lịch Việt?



● Bệnh nhân Hàn Quốc tới Bệnh viện TWQĐ 108 chữa bệnh. (Ảnh: An Ngọc)

## Lợi thế đón du khách khám phá kết hợp chữa bệnh

Những năm gần đây, bên cạnh việc khám phá thiên nhiên, du khách có xu hướng cải thiện sức khỏe, nâng cao thể chất, tinh thần khi đi du lịch. Theo báo cáo của Grand View Research, doanh thu năm 2030 của ngành du lịch y tế trên toàn cầu sẽ lên đến gần 100 tỷ USD. Xuất hiện và phát triển từ thời Hy Lạp và La Mã cổ đại, ngày nay, du lịch y tế đã trở thành ngành dịch vụ phổ biến toàn cầu, là lựa chọn của hàng triệu người mong muốn được trải nghiệm dịch vụ y tế chất lượng cao với mức chi phí lý tưởng.

Việt Nam đang được coi là “mỏ vàng” thu hút du khách quốc tế bởi có nhiều tiềm năng trong phát triển loại hình du lịch y tế. Du khách đến đây chữa bệnh cũng có thể khám phá di sản văn hóa và lịch sử phong phú, chiêm ngưỡng nhiều kỳ quan thiên nhiên và tận hưởng khí hậu nhiệt đới ấm áp. Hoa trái, thảo dược 4 mùa, ẩm thực được thế giới đánh giá cao. Việt Nam sở hữu bờ biển dài hơn 3.200km cùng nhiều bãi tắm đẹp, hàng nghìn hòn đảo lớn nhỏ phù hợp cho du lịch nghỉ dưỡng, thể thao mặt nước, chữa bệnh. Ngành địa chất đã phát hiện khoảng 400 nguồn nước khoáng nóng, vừa có tác dụng chữa bệnh vừa có thể sản xuất nước uống đóng chai. Điều này càng làm tăng thêm sức hấp dẫn của Việt Nam. Đây là một điểm đến chăm sóc sức khỏe và sắc đẹp mà ít quốc gia nào có được.

Du khách có thể lựa chọn: chăm sóc sức khỏe định kỳ, phục hồi và nghỉ dưỡng, phẫu thuật và điều trị chuyên sâu, chăm sóc nha khoa, hiếm muộn, các phương pháp thay đổi ngoại hình... Theo nhiều chuyên gia, hiện nay nhu cầu khách du lịch đến

Việt Nam để kết hợp giữa du lịch nghỉ dưỡng và khám, chữa bệnh rất cao, có thể đạt doanh thu mỗi năm khoảng 2 tỷ USD. Nền y học Việt Nam được kết hợp giữa y học hiện đại và y học cổ truyền cùng trình độ chuyên môn cao của các y bác sĩ nên đây cũng là những thế mạnh của ngành y tế Việt Nam.

Việt Nam cung cấp các dịch vụ y tế giá cả phải chăng với mức giá thấp hơn khoảng 10% so với ở Mỹ. Việt Nam cũng có lợi thế đáng kể so với các điểm đến du lịch y tế khác như Singapore, Thái Lan và Malaysia. Ví dụ, chi phí phẫu thuật bắc cầu tim ở Việt Nam là 10.000 - 15.000 USD, trong khi ở Thái Lan chi phí từ 25.000 - 30.000 USD. Việt Nam đã là một trong những điểm đến được du khách lựa chọn để đến... làm răng. Lý do khá đơn giản. Việt Nam có chi phí làm răng thấp hơn rất nhiều nước trên thế giới. Cụ thể, theo thống kê của tạp chí International Living (Australia), chi phí làm răng tại Việt Nam thấp hơn một số quốc gia như Mỹ, Canada, Australia từ 6 đến 10 lần. Còn so với một số quốc gia lân cận như Thái Lan, Malaysia thì chi phí làm răng ở Việt Nam cũng rẻ hơn từ 30% đến 50%. Dù chi phí rẻ nhưng tại Việt Nam, chất lượng tay nghề của các nha sĩ cũng như việc đầu tư trang thiết bị, máy móc chữa trị cũng không thua kém so với bất kỳ quốc gia có nền nha khoa tiên tiến nào. Năm 2018, International Living đã bình chọn Việt Nam là một trong 3 quốc gia hàng đầu Đông Nam Á được du khách Australia ưa chuộng vì có dịch vụ nha khoa chất lượng cao và chi phí thấp.

Thẩm mỹ bằng phẫu thuật cũng được nhiều du khách quan tâm. Bác sĩ chuyên khoa 2 Nguyễn Thị Phan Thúy - Phó giám

đốc Bệnh viện Da liễu TP.HCM cho biết, lượng khách hàng đến điều trị thẩm mỹ tại Khoa Thẩm mỹ da ngày càng gia tăng, đặc biệt có nhiều du khách quốc tế, khách hàng Việt kiều đến làm đẹp. Năm 2020, khoa tiếp nhận 41.490 lượt khách hàng đến làm đẹp thì đến năm 2022, con số này tăng lên 58.622 lượt.

Còn tại Viện Tim TP.HCM, những năm gần đây, viện đã cung cấp các gói dịch vụ du lịch y tế chuyên sâu như can thiệp mạch máu, tim mạch... thu hút sự chú ý của du khách quốc tế đến thăm khám, điều trị. Hiện bệnh viện đã xây dựng khu khám bệnh dành cho du khách quốc tế.

Việt Nam sau 5 năm triển khai mô hình du lịch y tế, năm 2023 được đánh giá là năm thành công nhất với nhiều thành tựu, sản phẩm du lịch y tế đáng ghi nhận, nhiều hoạt động được triển khai thực hiện mang lại hiệu quả cao. Có thể kể đến như: TP. Hồ Chí Minh đã xây dựng 30 combo chương trình tour kết hợp du lịch y tế, chăm sóc sức khỏe phù hợp với thị trường khách nội địa và quốc tế; ra mắt video clip giới thiệu, quảng bá về sản phẩm du lịch y tế trên địa bàn thành phố; cập nhật, bổ sung và điều chỉnh “Cẩm nang du lịch y tế” bằng 6 thứ tiếng với nội dung ngắn gọn, rõ ràng, hiệu quả; tổ chức xúc tiến, quảng bá sản phẩm du lịch y tế để thu hút khách du lịch tại thị trường Campuchia và khảo sát, học tập kinh nghiệm phát triển các mô hình du lịch y tế tại Thái Lan...

## Cần phát huy tiềm năng

Năm 2023, tổng số khách du lịch quốc tế ước đạt 12,5 triệu lượt khách, vượt mục tiêu đề ra (8 triệu lượt). Tổng thu từ du lịch ước đạt 672 nghìn tỷ đồng, vượt 3,38% so với kế hoạch năm 2023. Trung bình, mỗi năm Việt Nam tiếp nhận khoảng 300.000 người nước ngoài đến khám ngoại trú, 57.000 người điều trị nội trú. Trong đó có tới 40% lượng khách tập trung tại TP.HCM.

Quận 10 là địa phương đầu tiên của TP.HCM và trên cả nước thí điểm triển khai “Phố sức khỏe” và cung cấp sản phẩm dịch vụ du lịch y tế, từ tháng 7/2023. Quận 1 có 18 bệnh viện, 23 phòng khám đa khoa, 562 phòng khám chuyên khoa, 396 cơ sở dịch vụ làm đẹp - thẩm mỹ, 467 nhà thuốc, 1.181 cơ sở dịch vụ ăn uống. Đặc biệt, một trung tâm thương mại được phẩm cung cấp tất cả các nguồn vật tư, thiết bị y tế, được phẩm và một bảo tàng y học cổ truyền cùng hệ thống trung tâm thương mại dịch vụ, khách sạn trên địa bàn là tiềm lực rất lớn nếu phát triển thành

chuỗi, để phục vụ du khách vừa du lịch tham quan mua sắm, vừa chăm sóc sức khỏe, làm đẹp. Sau 5 tháng hoạt động, “Phố sức khỏe” đã có những kết quả sơ khai ban đầu, được truyền thông quảng bá nhiều hơn, bắt đầu có sự liên kết giữa các cơ sở ngành y tế và du lịch.

Bà Nguyễn Thị Ánh Hoa - Giám đốc Sở Du lịch TP.HCM cho biết: “Xu hướng du lịch chăm sóc sức khỏe là một trong những xu hướng mới mà TP.HCM đang rất quan tâm và hiện TP.HCM đang cùng với các doanh nghiệp hoàn thiện các tour chăm sóc sức khỏe. Không những có tour phục vụ nhu cầu khách du lịch đến TP.HCM mà còn liên kết với Bà Rịa - Vũng Tàu, Đồng Nai và các tỉnh Đông Nam Bộ để ra mắt những tour liên kết theo xu hướng này”.

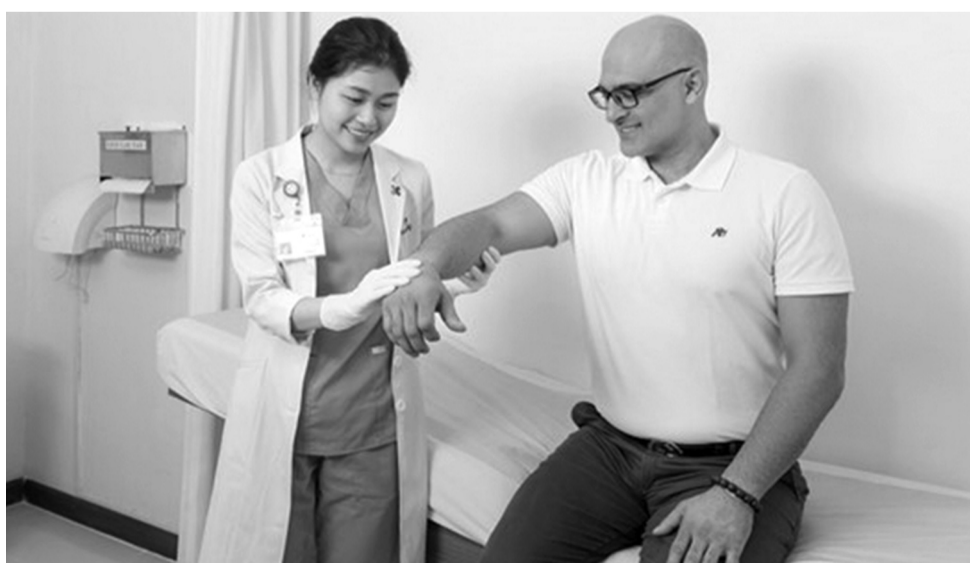
Từ năm 2024, ngành y tế TP.HCM định hình phát triển thành trung tâm y tế chuyên sâu, hiện đại và là trung tâm chăm sóc sức khỏe khu vực ASEAN. Du lịch kết hợp chăm sóc sức khỏe cũng là một trong những mục tiêu lớn không chỉ của ngành y tế TP.HCM mà còn của ngành du lịch và các đơn vị liên ngành.

Việc khai thác tài nguyên để phát triển du lịch chăm sóc sức khỏe đã góp phần đa dạng hóa sản phẩm, kéo dài thời gian lưu trú, tăng chi tiêu của khách du lịch ở Việt Nam.

Tuy nhiên, theo các chuyên gia, một trong những điểm yếu của du lịch y tế ở Việt Nam hiện nay là còn quá ít thông tin về các dịch vụ du lịch kết hợp chữa bệnh, còn ít hãng du lịch lữ hành tổ chức các tour kết hợp chăm sóc sức khỏe. Không ít bệnh viện chưa đạt các tiêu chuẩn quốc tế như JCI hay ISO nên du khách nước ngoài còn ngần ngại đăng ký dịch vụ khám, chữa bệnh. Trên website các bệnh viện chưa có nhiều thông tin, thậm chí còn không có cả tiếng Anh để tra cứu, cũng như chưa có các dịch vụ hỗ trợ kèm theo nên người nước ngoài khó tìm kiếm một dịch vụ du lịch y tế trọn gói để sử dụng. Ngoài ra, ngoại ngữ của y tá, điều dưỡng còn hạn chế. Bên cạnh đó, sự hợp tác giữa các địa phương, cơ quan y tế, các cơ sở có điều kiện phát triển du lịch y tế với các hãng du lịch lữ hành còn thiếu đồng bộ và về cơ bản.

Viện trưởng Viện Nghiên cứu và Phát triển du lịch Nguyễn Anh Tuấn chia sẻ với truyền thông, hiện Việt Nam chưa có những nghiên cứu đầy đủ về tiềm năng, những yếu tố cần thiết, cũng như chưa có định hướng, chính sách cụ thể để phát triển loại hình du lịch này. Đặc biệt, Bộ Y tế chưa chuẩn hóa quy trình chăm sóc sức khỏe, điều này khiến phần lớn cơ sở kinh doanh dịch vụ du lịch như: resort, khách sạn, homestay chăm sóc sức khỏe chỉ ở mức đáp ứng nhu cầu cơ bản cho du khách. **THÙY DƯƠNG**

Tại châu Á, du lịch y tế đang mở rộng nhanh chóng. Một số nước như Thái Lan, Hàn Quốc, Ấn Độ, Malaysia... đang là điểm đến du lịch y tế của lượng lớn du khách Mỹ và các nước châu Âu. Năm 2019, Thái Lan đón hơn 3 triệu lượt khách chữa bệnh, tạo doanh thu hơn 700 triệu USD. Cùng năm, Ấn Độ cán mốc 3 tỷ USD, Malaysia đạt 1,7 tỷ USD doanh thu. Khách hàng du lịch y tế tại các quốc gia châu Á có nhu cầu chủ yếu gồm thẩm mỹ, chăm sóc nha khoa, chỉnh hình...



● Du khách nước ngoài đến khám chữa bệnh. (Ảnh: Bệnh viện Hữu Nghị Lạc Việt)



# Đừng để “nạn đói” vi chất đe dọa sức khỏe

**Vi chất dinh dưỡng đóng vai trò rất quan trọng và cần thiết cho sự tăng trưởng, phát triển và duy trì sự sống cho cơ thể con người. Thiếu vi chất dinh dưỡng gây ra những ảnh hưởng xấu tới sức khỏe, tới phát triển thể chất, trí tuệ nhưng con người không tự cảm nhận được sự thiếu hụt này. Do đó, nạn thiếu vi chất dinh dưỡng còn có tên gọi là “nạn đói tiềm ẩn”.**

## Hiểm họa từ “nạn đói tiềm ẩn”

Việt Nam vẫn đang phải đối mặt với ba gánh nặng về dinh dưỡng gồm: Tình trạng suy dinh dưỡng đồng thời cùng tồn tại với thiếu vi chất dinh dưỡng và thừa cân, béo phì; xu hướng gia tăng của bệnh không lây nhiễm. Vi chất dinh dưỡng gồm nhiều loại, trong đó có các vi chất: i-ốt, sắt, kẽm, vitamin A.

Tại buổi tọa đàm chuyên đề về phòng, chống thiếu vi chất dinh dưỡng do Viện Dinh dưỡng (Bộ Y tế) tổ chức, TS. BS Trần Khánh Vân, Trưởng khoa Vi chất dinh dưỡng (Viện Dinh dưỡng Quốc gia) cho biết, suy dinh dưỡng thấp còi và thiếu vi chất dinh dưỡng là những nguyên nhân chính dẫn tới chiều cao thấp ở thanh niên Việt Nam.

Không những vậy, tình trạng thiếu vi chất dinh dưỡng còn ảnh hưởng xấu tới sức khỏe, tới sự phát triển thể lực, tầm vóc, trí tuệ, cản trở sự tăng trưởng và phát triển toàn diện của trẻ em, khả năng sinh sản cũng như năng suất lao động khi trưởng thành.

Tỷ lệ suy dinh dưỡng thấp còi (chiều cao theo tuổi) ở trẻ em dưới 5 tuổi còn ở mức cao, khoảng 19,6% (năm 2020). Tỷ lệ thừa cân, béo phì ở trẻ em tuổi học đường (5 - 19 tuổi) tăng từ 8,5% năm 2010 lên thành 19,0% năm 2020.

Theo TS. Trần Khánh Vân, số liệu nghiên cứu năm 2020 tại Việt Nam cho thấy, 63% phụ nữ mang thai thiếu kẽm; 44,3% phụ nữ tuổi sinh đẻ thiếu kẽm. Thực tế này khiến cho trẻ sinh ra dễ bị thiếu hụt kẽm. Trong cơ thể, kẽm là vi chất giúp phân chia tế bào, cơ thể tăng trưởng. Cơ thể thiếu kẽm sẽ ảnh hưởng tới sự tăng trưởng, gây suy dinh dưỡng, thấp còi. Thiếu kẽm làm tăng tỷ lệ mắc tiêu chảy, nguy cơ nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính và tử vong trẻ em.

Dù đã cải thiện nhưng tình trạng thiếu vitamin A vẫn đáng báo động. Tỷ lệ thiếu vitamin A tiền lâm sàng



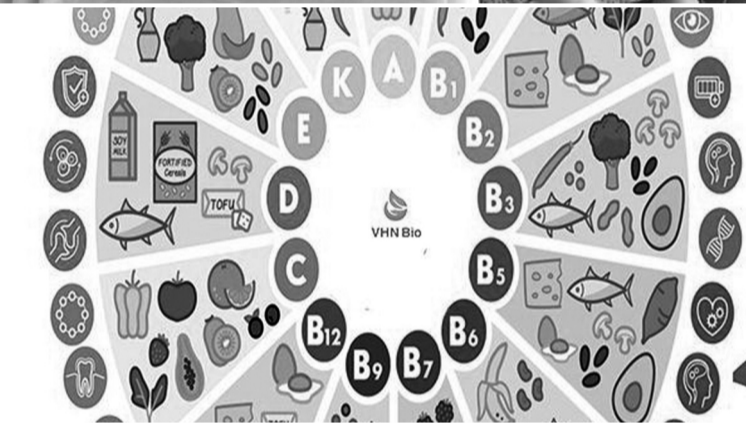
● Trẻ bổ sung vitamin A. (Ảnh: VGP-TD)

ở trẻ em dưới 5 tuổi là 13,1% và tỷ lệ vitamin A trong sữa mẹ thấp vẫn ở mức 35%. Tổ chức Y tế Thế giới vẫn xếp Việt Nam vào danh sách 19 nước có tình trạng thiếu vitamin A tiền lâm sàng mức độ nặng (trên 10% trẻ dưới 5 tuổi). Thiếu vitamin A làm giảm sức đề kháng của cơ thể đối với bệnh tật, ảnh hưởng đến tăng trưởng và phát triển. Thiếu vitamin A ở mức độ nặng sẽ gây nên các tổn thương ở mắt, được gọi là bệnh “khô mắt”, nếu không điều trị kịp thời sẽ dẫn đến hậu quả mù vĩnh viễn.

Thiếu i-ốt cũng là vấn đề đáng quan ngại. Theo điều tra của Bệnh viện Nội tiết Trung ương, tỷ lệ bướu cổ trẻ em 8 - 12 tuổi là 9,8%, mức trung vị i-ốt niệu là 8,4mcg/dl. Tỷ lệ này cao gấp gần 2 lần so với khuyến nghị của Tổ chức Y tế Thế giới (<5%). Tỷ lệ này cũng cao gấp 3 lần so với số liệu năm 2005 của Việt Nam (là 3,6%) khi tuyên bố thanh toán tình trạng bướu cổ và các rối loạn do thiếu i-ốt. Việt Nam là 1 trong 14 quốc gia có tình trạng thiếu i-ốt trên thế giới. Thiếu hụt i-ốt là nguyên nhân chính dẫn đến mất khả năng trí tuệ ở trẻ em, thai chết lưu và sảy thai ở phụ nữ, gây ra các rối loạn khác như bệnh bướu cổ, đần độn.

Ngoài ra, một số vi chất dinh dưỡng khác cũng đang bị thiếu hụt như axit folic, vitamin D, vitamin B1, vitamin K..., tuy nhiên, 4 vi chất dinh dưỡng i-ốt, sắt, kẽm, vitamin A đang bị thiếu hụt một cách đáng báo động tới mức có ý nghĩa sức khỏe cộng đồng, cần phải có can thiệp để giải quyết vấn đề này.

TS. BS Phan Hương Dương, Phó Giám đốc Bệnh viện Nội tiết Trung ương chia sẻ tại Tọa đàm “Bổ sung vi chất dinh dưỡng vào thực phẩm - Giải pháp hiệu quả phát triển toàn diện, bền vững” do



● Các vi chất có lợi cho sức khỏe và trí tuệ. (Ảnh: minh họa)

## Để phòng, chống thiếu vi chất dinh dưỡng, mọi người, mọi gia đình hãy thực hiện:

1. Bữa ăn hàng ngày cần đa dạng và phối hợp nhiều loại thực phẩm, lựa chọn và sử dụng thực phẩm có tăng cường vi chất dinh dưỡng.
2. Cho trẻ bú sớm trong vòng 1 giờ đầu sau sinh. Nuôi trẻ hoàn toàn bằng sữa mẹ trong 6 tháng đầu, cho trẻ bú mẹ đến 24 tháng tuổi hoặc lâu hơn.
3. Sử dụng các thực phẩm giàu vi chất dinh dưỡng sẵn có ở địa phương cho bữa ăn bổ sung hàng ngày của trẻ; thêm mỡ hoặc dầu ăn để tăng cường hấp thu vitamin A, vitamin D.
4. Cho trẻ trong độ tuổi uống vitamin A 2 lần/năm.
5. Trẻ từ 24 đến 59 tháng tuổi cần được uống thuốc tẩy giun 2 lần/năm. Thực hiện vệ sinh ăn uống, vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường để phòng, chống nhiễm giun, sán.
6. Phụ nữ tuổi sinh đẻ, phụ nữ có thai cần uống viên sắt/axit folic hoặc viên đa vi chất theo hướng dẫn.
7. Thực hiện vệ sinh ăn uống, vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường để phòng, chống nhiễm giun, sán.

Báo Đại biểu Nhân dân tổ chức: “Mặc dù vi chất dinh dưỡng rất nhỏ nhưng quyết định sự phát triển và sinh lý, trí thông minh, phát triển của con người, vì vậy vi chất rất quan trọng. Chiều cao hay sức mạnh của chúng ta chỉ là bề nổi, còn tác động rất sâu, tác động rất rộng lớn là sự suy giảm trí tuệ mà chúng ta không thể đơn giản nhận ra được. Những tổn thương về não bộ, ví dụ như i-ốt, i-ốt là một chất rất quan trọng cho tổng hợp hoóc-môn của tuyến giáp, hoóc-môn của tuyến giáp đóng vai trò quan trọng trong chuyên hóa, đặc biệt là hình thành, phát triển hệ thần kinh trung ương. Thiếu i-ốt thì người mẹ khi mang thai hay em bé khi sinh ra sẽ

bị ảnh hưởng tới não bộ, suy giảm trí thông minh của hệ thần kinh trung ương. Tuy nhiên, điều mà chúng ta hay nhìn thấy chỉ là bướu cổ, trong khi bướu cổ chỉ là hậu quả rất nhỏ trong tổng thể sự phát triển của con người. Ngoài ra, các vi chất khác như vitamin A, kẽm, sắt cũng hết sức quan trọng. Hiện nay, không chỉ trẻ em và người lớn, thậm chí những người lớn tuổi chỉ bổ sung canxi mà quên mất vitamin D. Vitamin D rất quan trọng để chuyển hóa canxi thành xương. Khi chúng tôi thực hành lâm sàng, các em gái ở tuổi dậy thì thiếu sắt vô cùng nghiêm trọng, mà chúng ta quên không quan tâm bổ sung”.

## Thừa cân nhưng thiếu vi chất

PGS. TS Bùi Thị An - Viện trưởng Viện Tài nguyên, Môi trường và Phát triển cộng đồng nhấn mạnh: “Tôi có thể khẳng định rằng, bổ sung vi chất vào thực phẩm là vấn đề nghe vi mô, nhưng thực chất đây lại là vấn đề vĩ mô và có tầm ảnh hưởng trực tiếp, toàn diện đến sự phát triển của mỗi quốc gia, trong đó có Việt Nam. Mặt khác, đây còn là “giải pháp gốc” quyết định đến việc phát triển con người - yếu tố quyết định phát triển kinh tế, xã hội bền vững của Việt Nam.

Trong bối cảnh đất nước hội nhập ngày càng sâu, chúng ta phải cạnh tranh bằng trí tuệ chứ không phải bằng lợi thế lao động giá rẻ. Tuy nhiên, muốn có trí tuệ thì trước tiên phải khỏe về thể chất.

Theo các chuyên gia, nguyên nhân của tình trạng này là do chế độ dinh dưỡng của người dân còn chưa hợp lý (tiêu thụ nhiều thịt, ăn ít rau, quả...) và thiếu hoạt động thể lực. Ngoài ra, TS. Vân phân tích thêm, nguyên nhân dẫn đến việc thiếu vi chất dinh dưỡng tại Việt Nam hiện nay là do những nguồn thực phẩm giàu vi chất dinh dưỡng thường đắt đỏ. Ví dụ kẽm thường có trong hào, sò, tôm, cua... những loại thực phẩm này có giá đắt đỏ khiến nhiều gia đình ít bổ sung.

Bác sĩ Nguyễn Trọng Hưng (Viện Dinh dưỡng Quốc gia) cũng cho rằng hiện nay nhiều người vẫn chưa quan tâm đến dinh dưỡng trong bữa ăn. Thực tế, dù nhiều người thừa cân nhưng lại thiếu vi chất dinh dưỡng. Mọi người quan tâm đến việc ăn ngon nhiều hơn là ăn đủ chất dinh dưỡng. Tuy nhiên, việc bổ sung vi chất dinh dưỡng trong bữa ăn hàng ngày là rất cần thiết.

Theo các chuyên gia y tế, dinh dưỡng, Chính phủ, cơ quan chức năng và các địa phương cần tập trung vốn, những nguồn lực xã hội khác để thực hiện tốt vấn đề bổ sung vi chất dinh dưỡng vào thực phẩm. Đặc biệt là công tác tuyên truyền cho phụ nữ ở vùng sâu, vùng xa, biên giới, hải đảo. Cán bộ ngành Y tế cần tập huấn cho người dân về hệ lụy của việc nuôi con thiếu vi chất. Cùng với đó, cần tuyên truyền, giáo dục để mỗi người dân biết cách chăm sóc, ăn uống... cho trẻ trong 1.000 ngày đầu đời. Chính phủ quan tâm hơn đến vấn đề tăng cường kiểm tra, kiểm soát dinh dưỡng trong thức ăn cho trẻ ở 1.000 ngày đầu đời tại các cơ sở, nhà máy sản xuất thức ăn cho bé.

Ngoài ra, Chính phủ cũng nên tăng cường đầu tư thêm cho những vùng chưa có điều kiện về y tế. Song song với đó, cần giao trách nhiệm cho những người đứng đầu địa phương về phát triển nguồn lực, vì điều này liên quan trực tiếp đến vấn đề an sinh xã hội.

Các tổ chức xã hội cùng tham gia cùng với Nhà nước trong công tác giám sát và phản biện xã hội; cung cấp những bằng chứng khoa học, khách quan giúp Nhà nước hoàn thiện chính sách pháp luật về bổ sung vi chất dinh dưỡng vào thực phẩm sao cho bảo đảm nâng cao sức khỏe, tầm vóc của người Việt.

THUỶ DƯƠNG

# “Nghệ nhân đường phố” tạo nên sức hút cho Lễ hội Trung thu Thành Tuyên

**Đêm hội Trung thu ở Tuyên Quang bây giờ đã trở thành điểm nhấn của miền Đông Bắc. Có được sự rực rỡ hôm nay có phần lớn của những nghệ nhân âm thầm sáng tạo, trong đó có ông Phạm Ngọc Toán.**

**Từ câu chuyện gia đình cho đến lễ hội đường phố**

Nghệ nhân Phạm Ngọc Toán vẫn thường được người dân và trẻ em Tuyên Quang gọi với cái tên thân thương - “nghệ nhân đường phố”. Bằng sự am hiểu vốn văn hoá dân gian cùng đôi bàn tay khéo léo, ông là một trong những người tiên phong và gắn bó bền bỉ với công việc sáng tạo những mô hình đèn Trung thu “không lồ”.

Cái duyên với nghề làm mô hình Trung thu của nghệ nhân khá tình cờ.

Năm 1998, khi con trai cả của ông lười ăn nên mỗi bữa ăn của con trai là “cuộc chiến của cả gia đình”. Người bế con, người bế bát, người khua chiêng gõ trống... Ông Toán thương con đến xót ruột liền rủ mấy nhà có con nhỏ quanh đây tạo ra một chiếc xe mô hình mô phỏng lại hình ảnh “Đám cưới chuột”, mục đích chỉ để “dụ” cậu con trai ăn cho đỡ vất vả. Những ngày sau đó, trẻ con hàng xóm tùm tùm lại để chơi đùa bên mô hình “Đám cưới chuột”, từ lúc đấy, trong lòng nghệ nhân đã nung nấu ý tưởng về một lễ hội Trung thu độc đáo.

Ông Toán chia sẻ: “Muốn có được niềm vui của con trẻ, mình phải nhìn bằng ánh mắt của chúng. Nếu chỉ dùng ý chí chủ quan của mình thì sản phẩm làm ra sẽ không có hồn đâu. Phải sống bằng tâm hồn thơ trẻ. Tôi vui khi thấy lũ trẻ mỗi lần chạy qua xưởng đều reo vang: A Tôm và Jerry này! A, đi tìm Nê - mô!... Nhiều phụ huynh trước bữa cơm đều nhắc con, ăn nhanh mẹ cho sang nhà bác Toán xem đèn!”.

Nghệ nhân Toán cho biết, trước mỗi mùa Trung thu, mình đều dành thời gian tìm kiếm và xem lại những bộ phim hoạt hình nổi tiếng thế giới, đọc lại những câu chuyện cổ tích hay nhất của Việt Nam để lấy cảm hứng sáng tạo. Cứ thế, mỗi ngày, những lời động viên vô giá này trở thành món quà, động lực để nghệ nhân sáng tạo.

Những bức tranh dân gian, những câu chuyện cổ tích đã được ông “thời hồn” vào các mô hình trong suốt 20 năm qua đã khiến tuổi thơ của thiếu nhi Tuyên Quang trở nên sống động hơn bao giờ hết. Sự bền bỉ và tâm huyết ấy đều xuất phát từ mong muốn đem đến cho các bạn nhỏ cái Tết Trung thu vui vẻ và ý nghĩa. Niềm vui, sự thích thú của lũ trẻ trước những linh vật rước đèn cũng là động lực để nghệ nhân Toán tiếp tục công việc sáng tạo của mình.

**“Nghệ chơi cũng lắm công phu”**

Nhìn thoáng qua, ấn tượng nổi bật về các mô hình ở Lễ hội thành Tuyên thường nằm ở kích cỡ “vượt trội”. Tuy



● Nghệ nhân Phạm Ngọc Toán và các tác phẩm của mình. (Ảnh: Tâm Anh)

chép hóa rồng là một mô hình đẹp, thể hiện sự vươn lên của con người trong cuộc sống, luôn luôn tìm tòi và phát huy. Tôi làm mô hình này trong đêm rước đèn Trung thu để các cháu cảm nhận”.

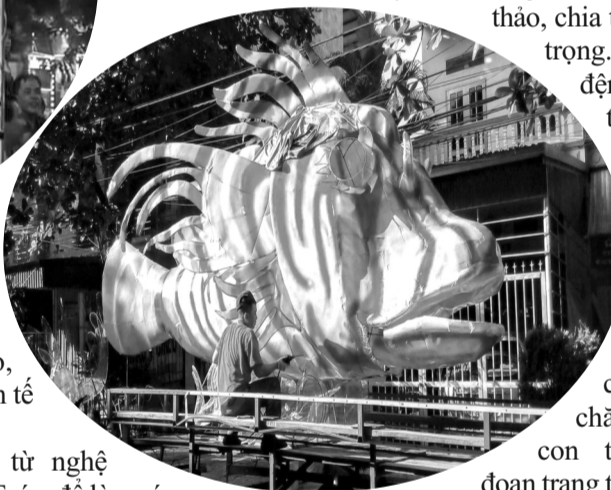
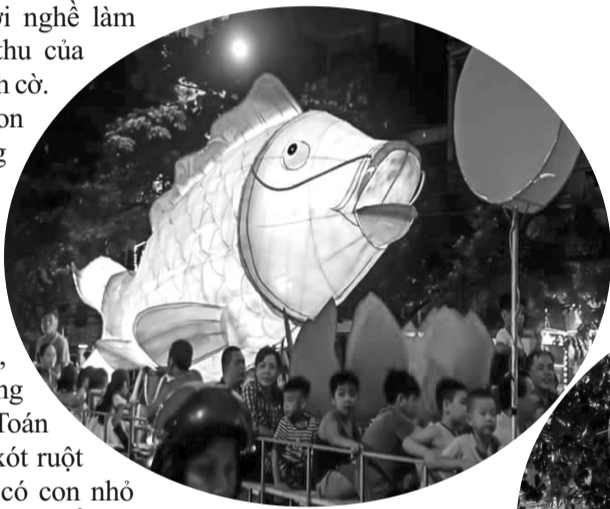
Theo ông Toán, linh vật có thần thái, cốt cách hay không phụ thuộc vào nhiều yếu tố, trong đó công đoạn phác thảo, chia tỷ lệ rất quan trọng. Đó là bước đệm đầu tiên để tạo nên cái hồn của đôi tượng: Cái uy nghi của con rồng, dũng mãnh của con hổ, cái hiền lành, chăm chỉ của con trâu... Công đoạn trang trí đòi hỏi cao về độ tinh tế, nhạy bén: Kết hợp hài hòa giữa hình khối, màu sắc, ánh sáng tạo sự hấp dẫn, lôi cuốn người xem.

Thay vì dùng giấy bóng kính hay đề can, ông Toán dùng toàn bộ mề ca để trang trí phía ngoài mô hình. Đây là chất liệu cực bền, bắt sáng tốt và tạo tính thẩm mỹ cao cho sản phẩm. Ông bảo, như 6 mô hình trong bộ 12 con giáp do ông thực hiện, gồm: rồng, hổ, ngựa, lợn, chó, dê tại khu vực Hồ Công viên Tân Quang đến thời điểm này vẫn lung linh và thu hút người xem.

Mỗi năm, mô hình đèn Trung thu của nghệ nhân Phạm Ngọc Toán lại được nâng cấp lên một trình độ cao hơn, chuyên nghiệp hơn: từ tạo hình 3D, mới đến dựng khung, chia tỷ lệ cho cân đối, đẹp... Những năm đầu tiên chỉ là mô hình cố lập đèn, sáng lung linh, thì những năm sau là mô hình chuyên động. Từ chuyên động một phần như chân, đầu, giờ các mô hình của ông làm có thể chuyên động cả cơ thể. Ông Toán tự hào khoe, như mô hình cánh bướm khổng lồ đặt tại Khu vườn Nhật tại Quảng Ninh là do bản thân thiết kế, cánh bướm chuyên động hoàn toàn dựa vào sức gió chứ không phải dùng bất cứ nguồn điện nào.

Theo lời ông Toán, điều ít ai biết đến, là việc dựng khung hình, bọc giấy thường được người thợ như ông làm ban ngày, nhưng khi đi vào những tiết tiết lại phải chờ khi tối trời. Bởi dưới ánh sáng của đèn, người thợ sẽ dễ dàng nhận biết để trang trí chuẩn nhất. Mỗi năm, ông Toán được nhiều tổ dân phố, đơn vị tổ chức thuê làm khoảng 10 mô hình. Không chỉ trong các dịp Trung thu mà vào ngày thường, nhiều đơn vị ở Hà Nội, Quảng Ninh, Hải Phòng đặt làm mô hình trưng bày tại các điểm du lịch, khu vui chơi cho trẻ em nên anh em công nhân ở đây không bao giờ hết việc.

“Mình làm ở đây đương nhiên bây giờ thì cũng thành nguồn thu nhập, nhưng trước kia thì chẳng có đâu, thôi thì được cái quý trẻ con. Nhiều lúc đang làm mà thấy mấy đứa trẻ con chạy ra hỏi han rồi ngấm nhìn quay ra cười với nhau là tự nhiên bản thân mình vui vẻ hơn nhiều. Thực ra thì tôi cũng sáu chục rồi chứ, sức khỏe xương khớp hay đến mắt thôi là cũng yếu hơn rồi. Mà mình nghĩ là cứ còn sức khỏe bao nhiêu, làm bấy nhiêu, thế là tuyệt vời rồi” - nghệ nhân Toán bồi hồi nhớ về hành trình của mình. **TÂM ANH**

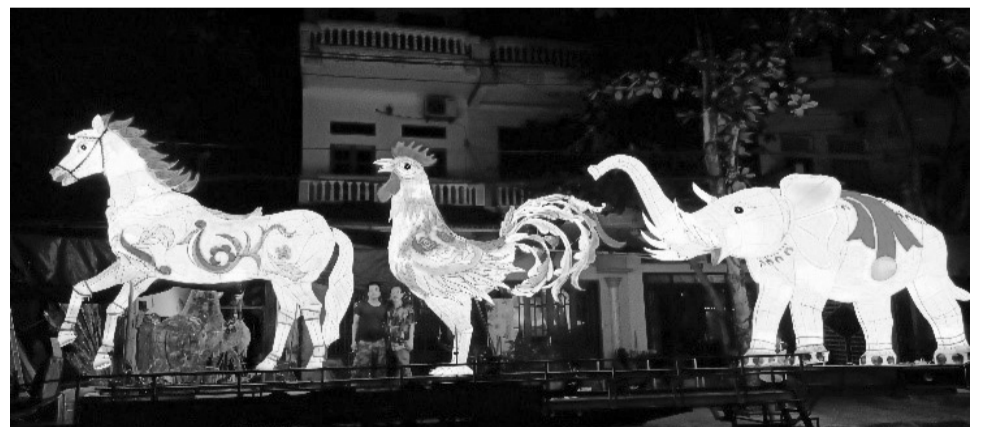


nhiên, nếu để ý kỹ sẽ thấy chiếc đèn được gọt đẽo, nắn vuốt tỉ mỉ, tinh tế đến từng chi tiết.

Theo chia sẻ từ nghệ nhân Phạm Ngọc Toán, để làm các mô hình, người thợ phải cân nhắc kỹ lưỡng trong việc lựa chọn chủ đề. Linh vật được tạo dựng phải vừa mang yếu tố truyền thống, vừa giàu tính thẩm mỹ và có khả năng giáo dục. Và những câu chuyện được gửi gắm trong kho tàng truyện, tranh dân gian chính là nguồn chất liệu phong phú, bảo đảm được những yêu cầu khắt khe mà nghệ nhân tự đặt ra. Đó là lý do tại sao các linh vật rất gần gũi, quen thuộc với người dân, đặc biệt là trẻ em. Những tích truyện cổ, tranh dân gian như Tâm Cám, Đám cưới chuột, Trí khôn của ta đây, chú Cuội cung trăng... hiện lên đầy sống động.

Bên cạnh đó, nghệ nhân Toán cũng xây dựng nhiều mô hình lấy cảm hứng từ các anh hùng hào kiệt trong suốt chiều dài dựng nước, giữ nước của dân tộc. Hình tượng Thánh Gióng, Hai Bà Trưng, Bà Triệu cưỡi voi ra trận hay Hưng Đạo vương - Trần Quốc Tuấn... khiến đêm rước đèn không chỉ lung linh mà còn thiêng liêng đến vô cùng. Gần đây, hình ảnh người chiến sĩ bảo vệ an ninh, biên cương Tô quốc cũng được mô phỏng như một hành động tri ân đến lực lượng này.

Trung bình mỗi năm, ông Toán và đội ngũ cộng sự sản xuất ra khoảng trên 50 - 60 mô hình nhưng không có mô hình nào trùng lặp về kích thước, mẫu mã, thần thái. Ông Toán bộc bạch: “Mô hình đẹp thì phải toát ra được thần thái và hiện tượng lịch sử phải được miêu tả lại trong mô hình để các bạn nhỏ hiểu được. Ví như mô hình cá



“*Ít ai biết rằng, Lễ hội Trung thu cấp tỉnh này ban đầu chỉ là hoạt động tự phát của người dân địa phương cho trẻ em chơi. Vào những năm 2000, ông Toán cùng một số người dân khác trong tổ dân phố của mình đã đứng lên xây dựng mô hình đèn Đám cưới chuột, một trong những mô hình to điển hình ở Tuyên Quang lúc bấy giờ. Dân dân, hoạt động sáng tạo những linh vật Trung thu với kích cỡ đồ sộ lan rộng khắp xứ Tuyên, tạo nên thương hiệu cho vùng đất này.*

*Lễ hội được tổ chức lần đầu vào năm 2004. Năm 2014, lần đầu tiên, Lễ hội thành Tuyên được tổ chức với quy mô cấp tỉnh. Lễ hội đã được kỷ lục Guinness Việt Nam xác lập: “Đêm hội có nhiều mô hình đèn Trung thu độc đáo và lớn nhất Việt Nam”, “Mâm cỗ Trung thu lớn nhất Việt Nam”, “Cặp đèn lồng lớn nhất Việt Nam”... Thương hiệu Lễ hội thành Tuyên cũng là đặc trưng riêng - nơi văn hóa, nghệ thuật truyền thống hội tụ, lan tỏa, tạo sức hút riêng biệt, độc đáo với du khách thập phương. Giai đoạn 2023 - 2025, Tuyên Quang cũng đặt mục tiêu phát triển Đêm hội thành Tuyên thành sản phẩm du lịch mang thương hiệu quốc gia và quốc tế.*

**Những bước chân hành quân đầy gian nan nhưng chưa bao giờ mỏi, để băng qua điệp trùng đại ngàn Trường Sơn. Ở đó, người lính Biên phòng Quảng Bình và lực lượng Biên phòng Khăm Muộn đã và đang ngày ngày giữ vững bình yên một dải biên giới Việt - Lào, hai nước anh em...**

Con đường độc đạo dẫn đoàn tuần tra song phương đi xuyên cánh rừng già trên dãy Giăng Màn của đại ngàn Trường Sơn phía Tây Quảng Bình. Chặng hành quân dài khoảng 20 cây số từ mốc quốc giới 525 đến mốc quốc giới 526 này là tuyến biên giới có địa hình đồi núi khúc khuỷu, những dốc đá tai mèo lởm chởm khó đi. Có những đoạn dốc quá cao, các cán bộ, chiến sĩ phải néo dây lên vách đá để bám vào, mới leo lên được đến đỉnh.

Địa hình dù trắc trở là thế, nhưng không ngăn cách được mối quan hệ gắn bó lâu đời, thường xuyên qua lại thăm thân giữa cư dân 2 nước anh em. Nhưng cũng chính vì đây, là nguyên nhân khách quan tiềm ẩn các hoạt động vi phạm pháp luật. Các đối tượng đã lợi dụng vào đó để vượt biên, vận chuyển trái phép chất ma túy, vật liệu nổ, buôn lậu hàng hóa...

Trước tình hình đó, Bộ Chỉ huy Bộ đội Biên phòng (BĐBP) tỉnh Quảng Bình đã chỉ đạo các đơn vị biên phòng trên tuyến biên giới này chủ trì, phối hợp với lực lượng biên phòng nước CHDCND Lào cùng tổ chức tuần tra song phương vào trung tuần tháng 3 vừa qua để kiểm soát tình hình, giữ vững an ninh trật tự và tăng cường quan hệ đoàn kết, hữu nghị giữa lực lượng bảo vệ biên giới 2 nước.

# Mạnh mẽ bước chân cho biên giới bình yên



● **Lực lượng tuần tra phải neo dây để vượt núi lên đến cột mốc biên giới.** (Ảnh trong bài: Đức Trí)

Nói về đợt tuần tra này, Thiếu tá Dương Văn Hải - Đồn phó Đồn Biên phòng Cửa khẩu quốc tế (CKQT) Cha Lo, Đội trưởng Đội tuần tra cho biết: “Thực hiện thỏa thuận giữa Bộ Quốc phòng 2 nước Việt - Lào, biên bản ghi nhớ giữa 2 tỉnh Quảng Bình - Khăm Muộn, chúng tôi tổ chức đợt tuần tra song phương bảo vệ đường biên, mốc quốc giới và thu được kết quả thành công tốt đẹp...”.

Đường tuần tra lên mốc quốc giới chủ yếu là đi bộ cắt rừng, chân đi dệp rọ với tất kéo cao đến đầu gối để tránh rắn rết, côn trùng. Hành trình tuần tra kéo dài, mỗi cán bộ, chiến sĩ phải vác trên vai tầm 30kg hành lý với quân tư trang, nhu yếu phẩm... Họ miệt mài bám đường biên, tuần tra các cột mốc, kiểm tra vật đánh dấu,



● **Lực lượng Biên phòng hai nước Việt - Lào nghiêm trang thực hiện nghi thức tại mốc quốc giới.**



● **Cẩn thận kiểm tra hiện trạng mốc quốc giới.**

đường mòn và sẽ kịp thời phát hiện ngay đối với các dấu hiệu bất thường, ngăn chặn sự xâm nhập của các đối tượng xấu, chấn chỉnh tình trạng người dân vi phạm quy chế biên giới.

Đồn Biên phòng CKQT Cha Lo là đơn vị duy trì nghiêm hoạt động tuần tra song phương theo hình thức luân phiên 3 tháng một lần. Kết thúc mỗi đợt tuần tra, hai bên lại cùng nhau họp bàn kinh nghiệm, đề ra giải pháp và thống nhất về thời gian, quân số cho lần tuần tra song phương tiếp theo. Nhờ những chuyến tuần tra này, Nhân dân trong khu vực biên giới ngày càng có ý thức hơn trong việc thực hiện nghiêm chỉnh theo các hiệp định, hiệp nghị, quy chế biên giới; góp phần xây dựng 1 đường biên giới Việt - Lào hòa bình, hữu nghị, ổn định và phát triển...

Tham gia trực tiếp chuyến tuần tra này, Thiếu tá Phum Chay Đương Vi Lay - Phó Đại đội trưởng Đại đội Biên phòng 312, Bộ Chỉ huy quân sự tỉnh Khăm Muộn (Lào) chia sẻ: “Giữa hai lực lượng chúng tôi đã tăng cường hợp tác, thường xuyên phối hợp kiểm tra cột mốc, tuần tra biên giới, giữ vững an ninh quốc phòng và luôn đề cao tinh thần đoàn kết, quan hệ hợp tác mật thiết hữu nghị”.

Quá trình thực hiện chuyến tuần tra song phương vừa qua đã gặp thời tiết không thuận lợi khi mưa nắng, giá rét thất thường. Dầu vậy, các cán bộ, chiến sĩ 2 nước vẫn 1 lòng quyết tâm cao để vượt hết mọi gian khó, bảo đảm an toàn tuyệt đối về người, vũ khí, trang thiết bị và hoàn thành tốt nhiệm vụ được giao.

“Đây là lần đầu tiên tôi vinh dự được chọn vào đội hình tuần tra song phương. Đường đi lúc đầu rất mệt vì chưa quen với địa hình, nhưng khi tay mình chạm vào cột mốc biên cương, mọi mệt tan biến hết vì lòng tự hào thiêng liêng” - binh nhất Cao Ngọc Thảo - chiến sĩ Đồn Biên phòng CKQT Cha Lo nói như khoe.

Hiện nay, Bộ Chỉ huy BĐBP tỉnh Quảng Bình chỉ đạo các đơn vị tổ chức tuần tra đơn phương hàng tháng và tuần tra song phương 3 tháng 1 lần. Ngoài lực lượng Biên phòng của hai nước, các chuyến tuần tra còn huy động lực lượng công an, dân quân các xã biên giới tham gia nhằm tăng cường sự phối hợp, duy trì ổn định an ninh chính trị, trật tự, an toàn xã hội trên tuyến biên giới Việt - Lào, thắt chặt hơn nữa tình đoàn kết hữu nghị và hòa bình giữa 2 nước anh em...

**TRẦN NGUYỄN PHONG -  
THANH HÀ**



● **Trên bước đường tuần tra nhìn về hướng Cửa khẩu quốc tế Cha Lo, huyện Minh Hóa (Quảng Bình).**

# Thích thú trải nghiệm làng nghề ở Việt Nam

**Mới đi vào hoạt động được 2 năm, tour du lịch nông nghiệp, nông thôn giúp du khách được trải nghiệm làm nông dân trong 1 ngày tại Làng cổ Đường Lâm (thị xã Sơn Tây - Hà Nội) đang thu hút rất đông du khách quốc tế.**

**Làng cổ Đường Lâm phát triển các tour trải nghiệm giữ chân khách quốc tế**

Đường Lâm trở thành làng cổ đầu tiên của cả nước được Nhà nước trao Bằng Di tích lịch sử văn hóa quốc gia vào năm 2006. Từ đó, địa điểm đã trở thành điểm đến thăm quan và khám phá của khách du lịch.

Làng cổ Đường Lâm là một làng cổ lâu đời mang rất nhiều nét văn hóa đặc sắc. Cho tới ngày nay, ngôi làng vẫn giữ được những đặc trưng cơ bản của một ngôi làng xưa với đình làng, cây đa, bến nước, chùa miếu... Có thể nói, giá trị nghệ thuật ở nơi đây đã khiến cho Đường Lâm đã trở thành một điểm nhấn khi du lịch Hà Nội.

Trong những năm gần đây, số lượng du khách đến thăm Làng cổ Đường Lâm đã tăng đáng kể, đồng nghĩa với sự tăng cường nhu cầu trải nghiệm và khám phá âm thực làng cổ. Những ngôi nhà cổ, sân vườn rộng lớn và không gian đẹp đã được rất nhiều hộ gia đình tận dụng để tổ chức các dịch vụ thường thức ẩm thực tại chính nhà mình, thu hút lượng khách du lịch đông đảo như gia đình ông Nguyễn Văn Hùng, ông Hà Hữu Thế, bà Hà Thị Điền, ông Hà Nguyên Huyền...

Đến Đường Lâm, du khách không chỉ được khám phá cảnh quan với những mái đình, nhà cổ, di tích, gốc đa, sân đình... mà còn được thưởng thức những đặc sản dân dã, đậm đà hương vị quê hương như: gà Mía, thịt quay đòn, chè lam, kẹo dồi, kẹo lạc, bánh gai... Đây đều là những món ăn địa phương và trở thành đặc sản mà nơi khác khó sánh được.

Những ngày cuối tháng 3 vừa qua, Làng cổ Đường Lâm đón đoàn khách gần 50 người đến từ nhiều quốc gia khác nhau như: Singapore, Malaysia, Australia, Nhật Bản... trải nghiệm sản phẩm du lịch nông nghiệp, nông thôn. Đoàn du khách do Công ty Trách nhiệm hữu hạn Dịch vụ du lịch Di sản Đông Dương - Indochina Heritage phối hợp với Ban Quản lý Làng cổ Đường Lâm thực hiện. Việc tổ chức một đoàn khách quốc tế đồng người đã tạo hiệu ứng tốt cho phát triển loại hình du lịch nông nghiệp, nông thôn tại Sơn Tây nói riêng và Hà Nội nói chung.

Ban Quản lý Làng cổ đã xây dựng sản phẩm du lịch trải nghiệm với nhiều loại hình: Trải nghiệm nghề (làm kẹo, làm tương, làm bánh), trải nghiệm nông nghiệp (ra đồng cấy hái, trồng trọt và các hoạt động gắn với lối sống nông nghiệp), trải nghiệm ở các không gian sáng tạo. Trong đó, sản phẩm trải nghiệm nông nghiệp tạo ấn tượng cao, phù hợp với đối tượng khách quốc tế và học sinh



● Khách quốc tế được trải nghiệm hoạt động cấy cấy, làm quen với các nông cụ, vật nuôi của người nông dân Việt Nam. (Ảnh: Đăng Khôi)



● Đoàn khách quốc tế trải nghiệm làm nông dân tại Đường Lâm. (Ảnh: Đăng Khôi)



● Du khách nữ cười hạnh phúc khi đến làng mộc Kim Bồng. (Ảnh: N.Q)



● Nhân tên khắc trên gỗ khá dễ thương. (Ảnh: N.Q)

các trường quốc tế tại Hà Nội. “Khách nước ngoài rất thích tìm hiểu đời sống nông nghiệp của người dân Làng cổ Đường Lâm, muốn tận mắt tìm hiểu và trải nghiệm việc cấy bừa, cấy lúa”, Trưởng Ban Quản lý Di tích Làng cổ Đường Lâm Nguyễn Đăng Thọ cho biết.

Để tổ chức cho khách trải nghiệm, Ban Quản lý phối hợp với Hội Nông dân, Phụ nữ, Đoàn Thanh niên cùng tham gia vào chuỗi. Các nông dân trong làng là người trực tiếp hướng dẫn trên tư liệu sản xuất là ruộng đồng, hoa màu họ đang trồng.

Sau khi thăm di sản Làng cổ buổi sáng, trải nghiệm nông nghiệp buổi chiều, Ban Quản lý hướng dẫn du khách tham gia nấu các món ăn truyền thống và thưởng thức bữa ăn truyền thống của Đường Lâm ở các nhà cổ hoặc không gian văn hóa làng.

Buổi tối du khách có thể tham gia các hoạt động văn hóa, văn nghệ tại làng. Sáng hôm sau, du khách được xem người dân nướng thịt quay đòn, đi chợ quê.

Tour du lịch trọn gói trong hai ngày, giúp tăng trải nghiệm cho khách, giữ chân khách ở lại với Đường Lâm lâu hơn.

Từ đầu năm đến nay, Ban Quản lý tổ chức cho hơn 30 đoàn tham gia trải nghiệm hoạt động nông nghiệp tại Làng cổ. Thời gian tới, lượng khách đặt tour tham quan

khắc tên mình lên gỗ khá tận tình. Người dân Hội An thật hòa đồng, gần gũi và hiếu khách. Qua chuyến du lịch này sẽ giúp tôi nâng cao kỹ năng được trau dồi nhiều hơn”.

Tương tự, bà LAS cũng đến từ đất nước Hà Lan cho hay, bà thấy chuyến du lịch sang Việt Nam thật ý nghĩa. Đặc biệt khi đến làng mộc Kim Bồng bà được trải nghiệm làm mộc cùng với các nghệ nhân nơi đây. “Những sản phẩm ở đây làm ra rất đẹp mắt, tôi rất yêu thích và sẽ kể cho bạn bè, người thân về chuyến đi này”, bà LAS bày tỏ.

Ông Võ Đức Thi - chủ cơ sở mộc truyền thống ở Kim Bồng cho hay, khách Tây thường đến cơ sở của ông đồng nhất vào tháng 8 năm trước đến tháng 4 âm lịch năm sau. Mỗi ngày có khoảng 100 lượt khách cả châu Âu và châu Á. Họ đến đây, được ông hướng dẫn làm những sản phẩm bằng gỗ nhỏ khá bắt mắt.

“Du khách khi trải nghiệm ở cơ sở mộc của tôi sẽ không lấy tiền, du khách thích thì lì xì, còn không thì tôi cũng vui vẻ đón nhận. Tôi nghĩ, du khách đến với làng mộc Kim Bồng nói riêng và Hội An nói chung ngày càng đông là một tín hiệu đáng mừng”.

Có thể thấy, làng mộc Kim Bồng không chỉ thu hút những người yêu thích nghệ thuật mà còn làm say mê những du khách có niềm yêu thích đặc biệt với những nét văn hóa đặc sắc của những làng nghề truyền thống của Hội An.

## Khách Tây thích thú với trải nghiệm nhảy sạp ở Hà Giang

Mới đây, trên mạng xã hội đoạn video ghi cảnh nhóm khách nước ngoài tỏ ra thích thú khi trải nghiệm điệu nhảy sạp truyền thống thu hút sự chú ý từ cộng đồng mạng. Video thu hút hàng trăm nghìn lượt xem với rất nhiều bình luận tỏ ra thích thú trước điệu bộ có phần lóng ngóng, luống cuống của các vị khách ngoại quốc do lần đầu tiếp xúc với trò chơi mới.

Nhảy sạp vốn là nét văn hóa đặc trưng và độc đáo của đồng bào dân tộc thiểu số vùng cao Tây Bắc. Dù chỉ sử dụng đạo cụ đơn giản là những cây tre to dài và thẳng làm sạp, trò chơi được đồng bào các dân tộc duy trì trong những buổi giao lưu, gặp mặt và sinh hoạt cộng đồng.

Theo anh Dũng, một hướng dẫn viên du lịch địa phương cho biết: “Khách nước ngoài tới Hà Giang rất thích những trò chơi dân gian của người dân bản địa như nhảy sạp, hát cọi giao duyên. Khi tới đây, họ luôn yêu cầu được tận hưởng và trải nghiệm cuộc sống của người dân địa phương”.

“Là người con Hà Giang, tôi rất mừng và hạnh phúc khi thấy quê hương mình ngày càng thu hút khách du lịch. Đặc biệt thời gian gần đây, khách nước ngoài tới đây rất đông. Các homestay ở Du Già hay Đồng Văn đều gần như kín phòng ngay cả vào dịp trong tuần không phải ngày lễ, Tết”, anh Dũng tiết lộ. HOÀI THU