

Tác nhân và cách trị mụn ở dương vật

Hiện giờ, với việc giới trẻ đang có xu thế cởi mở hơn trong thắc mắc làm tình, một số chứng bệnh lây lan qua những đường này ngày càng tăng thêm. Chúng ta nam vô cùng phổ biến trạng thái nổi mụn ở dương vật, phần lớn chúng chỉ là lành tính. Tuy nhiên có thể gây nhiều lo sợ & khó khăn, vì họ sợ mình đang mắc một số chứng bệnh khác, có thể gây hậu quả đến sức khỏe cơ thể. Đây là một câu chuyện thường hay bị bỏ sót & lầm tưởng. Bởi vì thế, trong văn bản dưới đây, mời quý bạn đọc cùng thầy thuốc Hoàng Trung Hiếu khám phá về căn nguyên gây, biểu hiện biểu hiện cũng như một số cách trị liệu cho thắc mắc còn nhiều tranh cãi này nhé.

Nổi mụn ở dương vật là triệu chứng của bệnh gì?

Nốt mụn có thể xuất hiện trên bất cứ vùng da nào trên cơ thể. Thường là trên mặt, khu vực thân mình như ngực, vùng eo lưng & cũng có một số trường hợp mụn có thể phát triển trên dương vật ở đàn ông.

Nếu chỉ là mụn nhọt thuần túy hay mụn đầu trắng thì chúng thường vô hại, không gây ảnh hưởng trầm trọng đến sức khỏe cơ thể. Tuy vậy, đôi lúc nổi mụn ở vùng kín có biểu hiện tương đối không khác với một vài chứng bệnh khác, nhất là ở người nam, thường thấy nhất là một số chứng bệnh lây lan qua đường tình dục, & bởi vì thế điều quan trọng là bạn phải biết được liệu nổi mụn ở trên thân dương vật hay vùng da cận kề là thông thường, hay là biểu hiện của chứng bệnh khác, có cần được điều trị y tế hay không.



Căn nguyên gây nổi mụn ở dương vật

Mụn nhọt phát triển khi một số tuyến mồ hôi tiết dầu trên da bị tắc nghẽn bởi chất gì đó, có thể là dầu dư thừa, tế bào da chết, một số mảnh bụi bẩn hay mồ hôi. Việc này có thể kích hoạt một số phản ứng miễn dịch của cơ thể, khiến khu vực da này bị viêm đỏ & sưng to. đồng thời, trạng thái này có thể gây đau hay ngứa rất khó chịu. Nếu không nên phục vụ hợp lý chúng sẽ phát triển to dần, mọc thành cụm hay hợp thành nhọt lớn. Bạn có khả năng cao nổi mụn ở khu vực nói quanh nói quẩn dương vật nếu bạn có một vài nhân tố rủi ro sau:

- Bạn sống ở khí hậu nhiệt đới nóng ẩm, liên tục chấy nhiều mồ hôi

- Bạn thuộc tuýp da dầu, da hay đổ dầu nhờn.
- Cạo lông mu sai cách
- Dùng quần sịp chật, bó sát, có thể gây chà xát, dẫn đến kích ứng da
- Vệ sinh cá nhân kém,...

Khác với mụn nhọt, mụn đầu trắng & một số mụn trắng nhỏ khác trên dương vật thường là vô hại, & vô cùng thường thấy ở đàn ông. Chúng có thể liên quan đến trạng thái mụn trứng cá thông thường, hay sẩn hạt ngọc dương vật, hoặc một vài đốm trắng lí tí gọi là hạt Fordyce. Nếu là mụn đầu trắng do mụn trứng cá thì chúng cũng có nguyên tắc & biểu hiện không khác gì như mụn trứng cá ở một vài vùng da khác, thường thấy ở một vài nơi có nhiều lỗ chân lông, chẳng hạn như ở mặt, thân mình như ngực, vùng eo lưng,... Khi xuất hiện ở trên dương vật, vị trí thường thấy đó là ở gốc hay thân, hãn hữu ở khu vực đầu dương vật. Tuy vậy, một số đốm mụn trắng này có thể nhầm với một số chứng bệnh khác, vô cùng dễ bỏ sót đặc trưng là một số chứng bệnh lây lan qua quan hệ tình dục. Một số chứng bệnh này có thể gây một số tai biến khác nếu không nên điều trị hợp lý.

Một vài căn nguyên thường thấy dễ kết luận nhầm với nhau vì một số biểu hiện biểu hiện không khác gì nhau, có thể là:

Do cạo lông vùng kín

Vết xây xước & bóng rât do dao cạo diễn ra trên vùng da bạn vừa cạo, dẫn đến mẩn đỏ & kích ứng. Vết cắt hay cạo nhỏ cũng có thể gây trạng thái này. Khi vùng da bị tổn hại lành lại, chúng có thể tạo thành hiện tượng lông mọc ngược & một số vết sưng to kèm mủ khác dọc theo vết cạo. Thông thường, vết rât do dao cạo sẽ tự khỏi mà không cần điều trị gì nhất là. Để làm dịu da dễ đã bị kích ứng, bạn có thể dùng kem dưỡng thể làm từ bột yến mạch xoa lên vùng da đang viêm đỏ, bạn cũng có thể xoa kem dưỡng thể này mỗi lúc cạo lông để ngăn ngừa kích ứng trong một vài lần tới.

Nốt Fordyce

Nốt Fordyce là một vài hạt bã nhờn có thể xuất hiện được. Thông thường thì một số tuyến mồ hôi sẽ nằm bên dưới một số nang lông, tuy nhiên ở khu vực dương vật không có lông, chúng có thể được xuất hiện rõ ràng. Một số hạt Fordyce có kích cỡ nhỏ, lí tí, có thể có màu trắng hoặc vàng.

Có một bật mí giúp bạn biết một vài đốm trắng nằm trên thân dương vật của bạn có phải là hạt Fordyce hay không, đó là trạng thái này hay kèm theo nổi đốm trắng ở phía bên trong miệng, ở khu vực môi. Một vài đốm trắng, vàng này thường tạo thành theo cụm, có thể từ vài chục đến 100 hạt.

Một số hạt này phần lớn là vô hại, không có biểu hiện gì nhất là tuy nhiên đôi lúc gây một vài e ngại về mặt thẩm mỹ. Một vài phẫu thuật & điều trị bệnh ngoài da có thể loại bỏ một số đốm này, chẳng hạn như liệu pháp tia sáng laser, tuy vậy cần được giải đáp cụ thể bởi một số thầy thuốc bệnh ngoài da.

Nốt hạt ngọc dương vật

Nốt hạt ngọc dương vật là tuyến mồ hôi thông thường ở đàn ông, tuy nhiên nổi gồ lên da & được nhìn rõ ràng ở khu vực đầu "cậu nhỏ" dương vật, nhất là là cận kề dây thừng. Một số sẩn hạt này thường nhỏ, cũng mọc thành cụm, có màu trắng ngà hoặc ngả vàng. Cho dù trạng thái này có thể gây lấm tường & lo sợ cho đàn ông, tuy nhiên thực chất đây là một thắc mắc sinh lý thông thường ở người nam, xem như là vô hại, lành tính & không cần điều trị gì.

Viêm nang lông

Viêm nang lông là trạng thái viêm đỏ kèm sưng to ở một số nang lông vùng kín. Thường do vi khuẩn tấn công & biểu hiện như một vài mụn đỏ hay mụn nhọt chứa mủ ở một số nang lông, có thể gây đau tức & ngứa rát, khó chịu. Viêm nang lông có thể tự hết mà không cần điều trị. Tuy vậy trong một vài tình huống nặng dai & hay tái đi tái lại, thầy thuốc có thể kê cho bạn thuốc kháng sinh xoa tại chỗ, để trị một số vết sưng to hiện giờ, đồng thời giúp ngăn ngừa sự bội nhiễm về sau

Nổi mụn ở dương vật có thể diễn ra bất kỳ bạn có quan hệ tình dục hay không, tuy nhiên nếu có thì việc này giúp bạn thu nhỏ một số căn nguyên gây mụn. Nếu bạn dạo này hay đang có quan hệ tình dục, nổi mụn ở vùng kín có thể là bất mí cho một vài chứng bệnh cụ thể được xếp vào nhóm bệnh lây lan qua đường tình dục, mà đặc trưng là 4 chứng bệnh dưới đây:

Bệnh sùi mào gà

Biểu hiện là một vài mụn nhỏ màu trắng hay nâu, hay vàng phát triển ở bất cứ chỗ nào trên dương vật, mà thông thường là ở thân hay đầu dương vật. Chúng cũng có thể xuất hiện trên một số khu vực cận kề như ở bìu, hay khu vực mu, hoặc ở khu vực đùi sát nếp bẹn. Bề mặt mụn cóc có thể phẳng hay xù xì, nhấp nhô có thể có hình trạng “súp lơ xanh”. Trong một số trường hợp chúng có thể tự tan biến, tuy nhiên một số trường hợp cần điều trị để loại bỏ chúng. Sự lây lan là hiệu quả của sự đụng chạm da kề da trong quá trình quan hệ tình dục với một loại virus tên là Human Papilloma virus. Lưu tâm rằng bệnh sùi mào gà là chứng bệnh lây lan qua đường tình dục thường thấy nhất trên toàn địa cầu.

Mụn rộp sinh dục

Biểu hiện là một vài mụn nước hay mụn mủ màu trắng xám với nền da đỏ viêm cận kề, phát triển trên thân dương vật hay vùng da cận kề. Một số mụn nước có thể vỡ ra tạo thành một số vết loét hay loét nông, ra dịch, nước gây cảm nhận cơn đau, ngứa rát & khó chịu cho bạn. Một số trường hợp bị nặng có thể lan ra trực tràng. Mụn rộp sinh dục do một loại virus tên là Herpes simplex gây, cụ thể là Herpes simplex type số 1 & 2, ở vùng kín thì chúng gây bệnh thường là type số 2.

Nốt mềm lây

Gây do virus có tên là Poxvirus. Nhóm người nhiễm virus này sẽ có biểu hiện là nổi một số đám mụn nhỏ, thường cứng, tuy nhiên đôi lúc mềm, trên da, kích cỡ từ nhỏ đến trung bình, đặc trưng là có vết lõm trắng ở trọng tâm. Chính việc này giúp phân biệt với một số loại nốt sùi khác. Vị trí nổi u mềm lây thì đa dạng. Có thể ở trên thân hay cận kề dương vật, ở khu vực mu, khu vực đùi hay bẹn, đôi lúc có thể lây lên khu vực bụng, mông, vùng eo lưng,.. Trạng thái này gây cho bạn cảm nhận ngứa rát, khó chịu, & bạn có thể phải đòi hỏi một số thầy thuốc kiến thức chuyên sâu để loại bỏ một số u mềm này.

Bệnh giang mai

Biểu hiện của bệnh giang mai là một số vết loét màu trắng hay đỏ, ít khi gây đau ở trên thân hay cận kề dương vật. Đây là chứng bệnh gây do xoắn khuẩn giang mai tên là Treponema pallidum gây, có nhiều khoảng thời gian bệnh, trong số đó vết loét hay trọt ở vùng kín là khoảng thời gian bệnh ban đầu, nếu được điều trị sớm & kịp thời sẽ triệt để. Tuy nhiên nếu không nên kết luận đúng & để bệnh diễn tiến qua một số khoảng thời gian sau, bệnh sẽ có khả năng gây một số tai biến trầm trọng ảnh hưởng đến sức khỏe cơ thể của bạn.

Giải quyết trạng thái nổi mụn ở dương vật ngay tại nhà

Phần lớn nổi mụn ở dương vật sẽ tự triệt để mà không cần điều trị gì nhất là. Chúng sẽ tự tan biến sau vài ngày, đến vài tuần. Điều quan trọng là bạn cần hạn chế bóp hay nặn mụn khu vực này, vì vùng da chỗ sinh dục người nam vô cùng mẫn cảm & dễ kích ứng, nếu bạn phấn đấu bóp mụn nhọt vỡ ra, có thể sẽ làm lan tràn virus hay vi khuẩn có hại lan ra cận kề hay lan vào máu, có thể làm trầm trọng thêm trạng thái đang có, đôi lúc còn gây sẹo mãi mãi & bội nhiễm vi khuẩn. Nhận biết & giải quyết một số căn nguyên có thể làm khởi phát nổi mụn là cách tốt hơn hết để điều trị & ngăn ngừa chúng tạo thành trở lại.

Một số cách giúp điều trị & giảm rủi ro nổi mụn ở dương vật gồm có:

- Hạn chế môi trường ẩm thấp, đổ nhiều mồ hôi.
- Tránh khỏi một số vận động gây toát mồ hôi, & nếu có thì phải tắm xong sạch & thay quần áo khác.
- Dùng quần áo rộng rãi, thoáng mát, & hạn chế quần áo chà sát vào da vùng kín.
- Hạn chế chạm tay hay gây chà sát.
- Không nặn hay phấn đấu bóp mụn ở vùng da đang tổn hại, việc này có thể làm nặng thêm hay gây lây lan vi sinh vật gây bệnh.
- Thay ga giường & quần áo liên tục.
- Tắm xong làm sạch toàn bộ cơ thể, nhất là là vùng kín để ngăn vi khuẩn & một số chất dơ tích tụ.

Thời điểm nào cần gặp thầy thuốc?

Nếu bạn bị nổi một số mụn nhọt, hay nốt mụn sưng nhiều ở dương vật, bạn đã thử một số cách đơn giản ngay tại nhà tuy nhiên chúng không thuyên giảm & trở thành tồi tệ hơn, hãy đến khám một số thầy thuốc bệnh ngoài da hay nam khoa.

Nếu biểu hiện cơ bản như ngứa rát, cơn đau hoặc một số biểu hiện khác, gây khó chịu & lo sợ cho bạn, hãy đến khám thầy thuốc ngay khi có thể. Lúc này việc xác định được đúng trạng thái bạn đang mắc phải có thật sự chỉ là mụn nhọt thuần túy, hay ẩn chứa một vài chứng bệnh hậu quả hơn thật sự quan trọng, vì mỗi tình huống bệnh khác nhau sẽ có cách điều trị khác nhau, với tiên lượng khác nhau. Nhất là là khi bạn nghi ngờ nhiễm một số chứng bệnh được xếp vào nhóm lây lan qua đường tình dục, trước hết bạn nên tránh hoạt động tình dục trong thời gian kết luận & điều trị.

Các bạn cũng nên đến khám thầy thuốc khi xuất hiện một số biểu hiện khác, chẳng hạn như:

- Cảm thấy đau khi quan hệ tình dục.
- Xuất hiện vết loét hay vết loét hở, nhất là là chúng lâu lành.
- Cảm thấy đau khi bạn “đi nhẹ”.
- Các bạn phải “đi nhẹ” liên tục hơn, tiểu khó khăn, nước đái ngắt quãng...

điều trị mụn ở dương vật bằng thuốc chuyên biệt

Một số thầy thuốc có thể kê cho bạn một vài dược chất thuốc kháng sinh nhằm tiêu diệt & ngăn ngừa vi khuẩn gây bệnh, có thể là đường uống như Augmentin, hay đường xoa tại chỗ như axit fusidic:

- Một số chất không khác gì cũng có tính sát khuẩn như là benzoyl peroxide,..
- Chống viêm tại chỗ như betamethasone,...

- Thuốc kháng histamin để giảm biểu hiện ngứa rất như là Fexofenadine,...

Tùy từng căn nguyên cụ thể, chứng bệnh chuyên biệt mà một số thầy thuốc sẽ có một vài cách điều trị khác nhau. Với một vài chứng bệnh lây lan qua con đường sinh dục, mỗi tình huống là một quy trình cụ thể, không ai không khác ai, nên khi đó bạn phải được giải đáp & hỗ trợ bởi một số thầy thuốc có kiến thức chuyên sâu.

Nên nặn mụn ở dương vật hay không?

Nghi vấn mà rất nhiều đàn ông nghi vấn đó là có nên cố nặn hay bóp mụn mủ ở khu vực sinh dục, cụ thể là ở dương vật hay không?

Trả lời là không. Tốt nhất là bạn không nên cố nặn mụn ở dương vật, bởi vì tay bạn không thật sự vô trùng nên khi sờ vào mụn, việc này có thể dẫn đến lây lan vi khuẩn rộng ra khu vực cận kề, & gây bội nhiễm nặng hơn. Một điều cần lưu tâm nữa là, vùng da nói quanh nói quẩn dương vật ở người nam vô cùng mẫn cảm & vô cùng dễ kích ứng & viêm đỏ, nếu nặn hay bóp chúng, có khả năng bạn sẽ làm mọi thứ trở thành tồi tệ hơn. Mụn có thể chuyển sang nhọt nếu trong lòng chúng chứa đầy mủ, sự phát triển của chúng khiến bạn cảm nhận cơn đau, ngứa rát, & khó chịu. Bạn đừng phấn đấu làm vỡ một số nốt mụn này, thay vào đó, hãy đến gặp một số thầy thuốc có kiến thức chuyên sâu, họ có thể ảnh hưởng hay điều trị hợp lý, đôi lúc là dẫn lưu mủ trong một vài tình huống nặng.

Nổi mụn ở dương vật là trạng thái thường thấy & đôi lúc gây nhiều rắc rối cho chúng ta nam. Phần lớn chúng chỉ là thắc mắc lành tính, không gây nguy hại gì đáng liệt kê sức khỏe cơ thể của bạn, tuy vậy có thể bỏ sót một số chứng bệnh khác trầm trọng hơn, nhất là là một số chứng bệnh lây lan qua đường tình dục, vẫn còn là vấn nạn báo động ở Việt Nam, vì số ca mắc một số chứng bệnh này đang ngày càng tăng thêm. Khi bạn không chắc chắn về mụn khu vực dương vật có phải là hiện tượng vô hại hay không, đừng ngần ngại đến khám một số thầy thuốc bệnh ngoài da để nhận được giải đáp nhé.

<http://mecenat-bretagne.org/web/hakieuanh/home/-/blogs/giai-phap-%C4%91i-vaio-giac-ngu-nhanh-chong-ma-moi-nguoi-nen-biet>

<http://thachthat.edu.vn/ckfinder/userfiles/files/dkv12936899.pdf>

<https://geco.ecophytopic.fr/web/hakieuanh/home/-/blogs/mot-so-cong-dung-ky-dieu-cua-qua-cam-voi-suc-khoe-co-the>

<https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/todossomospazcifico/Lists/RegContacto/DispForm.aspx?ID=24180>

<http://lmis.labour.gov.mw/Lists/DynamicJobApplications/DispForm.aspx?ID=31>

<https://www.arc.agric.za/Lists/Client%20Questionnaire%20%20ARC%20Irene%20Analytical%20Service/DispForm.aspx?ID=2786>

<https://www.dulazuzana.cz/web/hakieuanh/home/-/blogs/mot-vai-cong-dung-than-ky-cua-trai-cam-voi-suc-khoe-the-chat>

<https://permmedjournal.ru/PMJ/comment/view/44240/0/73443>

<https://pbgdpl.tuyenquang.gov.vn/files/dkv98908181.pdf>

<https://www.wawasanbrunei.gov.bn/Lists/Contact/DispForm.aspx?ID=51>

<https://www.dharmaoverground.org/web/hakieuanh/home/-/blogs/cong-dung-tuyet-voi-cua-qua-cam>

<https://geco.ecophytopic.fr/web/hakieuanh/home/-/blogs/giai-phap-tien-vao-giac-ngu-nhanh-chong-ma-cac-ban-can-biet>

<http://mecenat-bretagne.org/web/hakieuanh/home/-/blogs/nhung-loi-ich-than-ky-cua-trai-cam-voi-suc-khoe-co-the>

<https://www.arc.agric.za/Lists/Client%20Questionnaire%20%20ARC%20Irene%20Analytical%20Service/DispForm.aspx?ID=2787>

<https://nmmc.imtrac.in/web/hakieuanh/home/-/blogs/bien-phap-tien-vao-giac-ngu-ngon-moi-nguoi-can-biet>

<https://www.dharmaoverground.org/web/hakieuanh/home/-/blogs/phuong-phap-nhanh-ngu-ngon>

<http://pras.ambiente.gob.ec/web/hakieuanh/home/-/blogs/giai-phap-tien-vao-giac-ngu-sau-ma-cac-ban-can-biet>

<https://nmmc.imtrac.in/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-nuoc-dua-xiem-hang-ngay-co-tac-dung-gi-nhung-chu-y-can-nho>

<https://dentistry.ju.edu.jo/Lists/AdvisingOffice/DispForm.aspx?ID=3242>

<https://www.chestheart.org/assets/ckeditor/kcfinder/upload/file/images/dkv54247682.shtml>

<https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/todossomospazcifico/Lists/RegContacto/DispForm.aspx?ID=24182>

<https://www.edit-it.fr/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-nuoc-dua-xiem-thuong-xuyen-co-tac-dung-gi-nhung-chu-y-can-phai>

<https://nmmc.imtrac.in/web/hakieuanh/home/-/blogs/mot-so-tac-dung-than-ky-cua-trai-cam-voi-suc-khoe>

<https://www.edit-it.fr/web/hakieuanh/home/-/blogs/nhung-loi-ich-ky-dieu-cua-trai-cam-voi-suc-khoe>

<https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/todossomospazcifico/Lists/RegContacto/DispForm.aspx?ID=27247>

<https://dentistry.ju.edu.jo/Lists/AdvisingOffice/DispForm.aspx?ID=2909>

<https://dentistry.ju.edu.jo/Lists/AdvisingOffice/DispForm.aspx?ID=2910>

<https://www.tliu.co.za/web/hakieuanh/home/-/blogs/cach-i-vao-giac-ngu-ngon-moi-nguoi-can-biet>

<https://www.tliu.co.za/web/hakieuanh/home/-/blogs/mot-so-cong-dung-tuyet-voi-cua-trai-cam-voi-suc-khoe>

<http://pras.ambiente.gob.ec/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-nuoc-dua-xiem-hang-ngay-co-cong-dung-gi-mot-vai-luu-y-can-phai>

<https://permmedjournal.ru/PMJ/comment/view/44240/0/73442>

<http://lmis.labour.gov.mw/Lists/DynamicJobApplications/DispForm.aspx?ID=32>

https://manage.ipata.org/admin/scripts/common/ckeditor_file/ckfinder/core/connector/php/connector.php?command=Proxy&type=Files¤tFolder=%2Fipata%2F&fileName=dkv76581534.pdf

<https://www.dulazuzana.cz/web/hakieuanh/home/-/blogs/bien-phap-i-vao-giac-ngu-nhanh-ma-moi-ngu-oi-nen-biet>

<http://tтыtcauke.vn/Default.aspx?tabid=120&ch=64205>

<https://www.wawasanbrunei.gov.bn/Lists/Contact/DispForm.aspx?ID=49>

<http://tтыtcauke.vn/Default.aspx?tabid=120&ch=64206>

<https://www.arc.agric.za/Lists/Client%20Questionnaire%20%20ARC%20Irene%20Analytical%20Service/DispForm.aspx?ID=2788>

<https://www.edit-it.fr/web/hakieuanh/home/-/blogs/giai-phap-tien-vao-giac-ngu-nhanh-ma-moi-nguoi-n-en-biet>

<https://geco.ecophytopic.fr/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-nuoc-dua-hang-ngay-co-tac-dung-gi-mo-t-so-luu-y-nen-nho>

<http://www.hptc.edu.vn/Images/News/files/dkv86372018.pdf>

<https://en.sfcnavy.gov.bd/public/files/assets/ckeditor/kcfinder/upload/file/sfc/dkv82794439.shtml>

<http://tтыtcauke.vn/Default.aspx?tabid=120&ch=64207>

<https://www.dharmaoverground.org/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-nuoc-dua-co-tac-dung-gi>

<https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/todossomospazcifico/Lists/RegContacto/DispForm.aspx?ID=24183>

<http://thuvien.tuaf.edu.vn/Ckfinder/userfiles/files/Pham%20Thi%20Thanh%20Tuyet%20dkv93833267.pdf>

<https://www.tliu.co.za/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-dua-tuoi-lien-tiep-co-tac-dung-gi-mot-so-chu-y-nen-nho>

<https://www.dulazuzana.cz/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-nuoc-dua-thuong-xuyen-co-loi-ich-gi-mot-vai-chu-y-nen-nho>

<https://www.andorradifusio.ad/ckfinder/userfiles/files/dkv64084461.pdf>

<http://www.cdc.iitkgp.ac.in/ckfinder/userfiles/files/dkv82590046.pdf>

<http://mecenat-bretagne.org/web/hakieuanh/home/-/blogs/uong-dua-tuoi-lien-tuc-co-loi-ich-gi-nhung-chu-y-nen-nho>

<https://www.wawasanbrunei.gov.bn/Lists/Contact/DispForm.aspx?ID=50>

<http://lmis.labour.gov.mw/Lists/DynamicJobApplications/DispForm.aspx?ID=33>

<http://pras.ambiente.gob.ec/web/hakieuanh/home/-/blogs/nhung-loi-ich-tuyet-voi-cua-qua-cam-voi-suc-khoe-co-the>

<https://dentistry.ju.edu.jo/Lists/AdvisingOffice/DispForm.aspx?ID=2908>

<https://permmedjournal.ru/PMJ/comment/view/44240/0/73441>

<http://www.tgdtxtayninh.edu.vn/userfiles/files/dkv65217915.pdf>

<https://gdtp.xaydung.gov.vn/Content/images/files/dkv11310157.pdf>