

## **Khoa Nội thận - Nội tiết**

Insulin được hai nhà khoa học Fred Banting và Charles Best tìm ra năm 1921, đây là thuốc duy nhất điều trị bệnh đái tháo đường týp 1 và đái tháo đường týp 2 khi các thuốc khác không còn hiệu quả. Để tưởng nhớ công lao của Fred Banting và Charles Best, Hiệp hội đái tháo đường thế giới IDF đã chọn ngày 14/11 hàng năm (ngày sinh của Fred Banting) là Ngày Đái tháo đường thế giới nhằm nâng cao nhận thức toàn cầu về bệnh đái tháo đường.

Hàng ngày Tháng truyền thông phòng chống bệnh đái tháo đường năm 2018, khoa Nội thận – Nội tiết bệnh viện ĐK Tổng Quốc Nam đã xây dựng kế hoạch tháng truyền thông, trong đó tập trung cao điểm vào Ngày đái tháo đường thế giới (14/11). Bác sĩ Đoàn Hoàng khoa Nội thận – Nội tiết đã truyền tải thông điệp trong buổi họp HĐNB tại khoa Nội thận – nội tiết bệnh viện Đa khoa Tổng Quốc Nam, với nội dung tóm tắt chính: “Cập nhật điều trị và dinh dưỡng cho bệnh nhân đái tháo đường”. Đồng nghiệp bệnh, người nhà người bệnh hiểu rõ và nâng cao nhận thức căn bệnh đái tháo đường.



*Bác sĩ Đoàn Hoàng đang cập nhật và chia sẻ dinh dưỡng cho người bệnh*

Đái tháo đường (ĐTĐ) là một trong những bệnh phổ biến hiện nay trên thế giới. Theo Liên đoàn đái tháo đường quốc tế (IDF) năm 2017 thế giới có 425 triệu người mắc bệnh này, với khoảng 4 triệu người tử vong mỗi năm. Con số này đang tiếp tục tăng lên một cách nhanh chóng ở khắp các quốc gia trên thế giới. Việt Nam là một trong số các quốc gia có thu nhập bình quân theo đầu người thấp, dân số khoảng 93 triệu người với khoảng 3% tổng số có liên quan đến bệnh lý đái tháo đường (WHO, 2011). Lợi ích của thiêu u khoa học, lối sống lành mạnh và chế độ dinh dưỡng không hợp lý là nguyên nhân chính dẫn đến tỷ lệ người mắc bệnh đái tháo đường tuýp 2 gia tăng nhanh chóng. Người ta ví bệnh đái tháo đường là “kẻ giết người thầm lặng”. Bệnh thường diễn biến âm thầm nhưng gây ra nhiều biến chứng cấp tính và mãn tính rất nghiêm trọng như các biến chứng về mạch máu, tim mạch, có thể dẫn đến mù lòa, nhiễm toan ceton máu, hôn mê tăng áp lực thẩm thấu, tăng acid lactic, hạ đường huyết ...

Trong buổi tuyên truyền bác sĩ Hoàng đã cập nhật các xu hướng mới trong điều trị đái tháo đường cho bệnh nhân. Việc tuân thủ một lịch trình điều trị bằng thuốc là các kỹ thuật quan trọng giúp người bệnh kiểm soát glucose máu, tăng tiết insulin, tăng sức đề kháng,... để đó giúp mọi rủi ro xảy ra biến chứng cấp tính và mãn tính.

Bên cạnh điều trị bằng thuốc, lối sống lành mạnh đóng vai trò quan trọng chú trọng trong công tác phòng ngừa bệnh đái tháo đường, mọi người cần có chế độ ăn uống hợp lý để duy trì cân nặng lý tưởng; ăn nhiều rau củ; sử dụng ngũ cốc nguyên hạt trong bữa ăn; chế độ ăn cân bằng dinh dưỡng; tập thể dục đều đặn; không ăn thức ăn nhanh; không dùng đồ uống có cồn.

Các bậc cha mẹ phải biết cách phòng béo phì cho con trẻ như bằng việc chế độ ăn uống đủ dinh dưỡng cho trẻ phát triển, có sự cân đối giữa chất đường - béo - đạm. Đối với những người trong nhóm nguy cơ, cần tăng cường thể dục, rèn luyện sức khỏe bằng những môn thể dục phù hợp, sắp xếp công việc khoa học. Với những người đã mắc bệnh, chế độ ăn tùy thuộc vào tình trạng của mỗi người. Do đó, để biết cách điều chỉnh chế độ ăn phù hợp, thể dục xuyên suốt đái tháo đường trong những khi kiểm tra sức khỏe để được bác sĩ tư vấn, hướng dẫn đúng cách. Lợi ích của bác sĩ Hoàng tư vấn đưa ra đối với những người bình thường là kiểm tra sức khỏe 6 tháng/lần; nếu phát hiện có các triệu chứng nên kiểm tra sức khỏe 3 tháng/lần; nếu có yếu tố nguy cơ nên khám sức khỏe 1 tháng/lần.

Hiện nay, tại các cơ sở y tế tuy nhiên để nhận xét trên địa bàn tỉnh đều có tầm soát bệnh đái tháo đường. Thông qua xét nghiệm máu, bệnh nhân có thể biết mình có bệnh đái tháo đường hay không. Vì thế, mọi người hãy chủ động phòng bệnh ngay từ bây giờ bằng chế độ ăn uống lành mạnh và kiểm tra sức khỏe định kỳ.



Hình nh s u t m



Ngày 14/11/2018, bệnh nhân đã được khám và điều trị tại Khoa Nội Tổng Quát, Bệnh viện Đa Khoa Tỉnh Lào Cai. Bệnh nhân được khám và điều trị theo phác đồ điều trị đái tháo đường.