

A- Viêm Dạ dày Dạ dày

Ấng gáp cá Thuc Duong
01/10/2009

NHÀNG ỈÁ EU CÁI N BIÁ T

Viêm dạ dày còn là viêm bao tá. Trong á sá trng há, tình trng viêm dạ dày sá tá cá thiá n sau vài ngày ná u bá n tránh á nhá ng yá u tá gây kích á ng dạ dày.

Nguyên nhân

Các nguyên nhân gây viêm dạ dày thng gáp là rng u, thuá c lá, Áfn quá no, hoá c thá c Áfn chua cay và nhiá u giá v. Các thuá c giá m Áu nh aspirin và ibuprofen có thá f gây viêm dạ dày. Nhiá ...m vi trùng Helicobacter pylori cá ng là má t nguyên nhân gây viêm dạ dày.

Triá tu chá ng/Dá u hiá tu

Các triá tu chá ng thng gáp bao gá m chán Áfn, khó chá u dạ dày, hoá c Áu quá n dạ dày. Viêm dạ dày còn gây nôn ói, tiêu chá y, á hÆji, cá m giác khó chá u trong miá n, yá u má t, sá t, linh bình Á á y hÆji, và Áu ngá c.

ChÆm sóc

Á á u trá c bao gá m dùng thuá c kháng acid và nghá % ngÆji.

NHÀNG ỈÁ EU NÊN LÀM

Bá n có thá f dùng các thuá c kháng-acid á á c bán tá c do á á f kiá f m soát IÆ á ng acid trong dạ dày.

Hãy há i ý kiá n Bác s trng c khi dùng má t thuá c nào Á ó. Tránh uá ng aspirin hoá c ibuprofen. Chúng sá làm cho tình trng dạ dày cá sá bá n tá hÆjn. Ná u bá n cá n sá - dá y ng thuá c giá m Áu, hãy dùng acetaminophen (paracetamol).

Á á ng Áfn thá c Áfn cá ng trong ngày Áu Á á su tiên. Hãy uá ng nhiá u chá t lá ng nhÆ sá a hoá c nÆ á khoá ng 8 ly má i ngày.

Nên Áfn tá c tá c lá i khá u phá n bình thng. Á n thá c phá m ít kích thích hoá c nhá ng loá i thá c Áfn mà bá n dá ... dung ná p. Á n má i lá n má t ít thôi.

Tiá p tá c lá i nhá ng hoá t Á á t ng bình thng khi tình trng khá hÆjn.

•á»f tránh nhá»ng cÆin Ä'au tái phát:

Ä'n uá»ng vá» «a phá°Æi. Tránh thá»±c phá°©m chua, nhía»•u gia vá» «cay nóng hoá°c nhá»ng thá»©c Äfn khó tiêu. Ä'á» «ng bao giá»• bá»• bá»a.

Ná°¿u bá°in hút thuá»'c, uá»ng café hoá°c uá»ng rÆá»Æu: hãy tá» « bá»• chúng hoá°c giá°£m xuá»ng má»©c thá°ÿp nhá°ÿt có thá»f.

Hãy há»i ý kiá°¿n Bác sÄ© ngay ná°¿u...

Ä'au và ói má»-a lâu hÆin vài giá»•.

Hãy Ä'i khám bá»ñnh ngay ná°¿u...

Nôn ra máu.

iêu ra máu hoá°c tiêu phân Ä'en.

Cá°£m giác yá°¿u Ä'uá»'i, má»ñt má»i hoá°c chóng má°t.

Ä'au bá»ñng dá»- dá»™i.

Sá»t cao.

B- Loét Dá°¿ Dày Tá Tràng

NHá»©NG Ä'á»ÆU Cá°IN BIá°¼T

Loét là má»™t vá°¿t lá»Ỗ trên bá»• má°t niêm má°¿c á»ng tiêu hoá. Ä'a sá»' các á»• loét Ä'á»•u á»Ỗ dá°¿ dày hoá°c phá°ñn Ä'á°Su cá»Şa ruá»™t non (tá tràng). Acid dá°¿ dày tiá°¿p xúc vá»'i á»• loét sá°½ gây Ä'au nhía»•u. Khi Ä'ía»•u trá» Ä'úng cách, Ä'a sá»' các á»• loét sá°½ lành sau 1 Ä'á°¿n 2 tháng. Nhá»ng biá°¿n chá»©ng nghiêm trá»ng xá°ÿy ra khi loét gây xuá°ÿt huyá°¿t tiêu hoá, hoá°c gây thá»ñng thành dá°¿ dày hoá°c tá tràng.

Nguyên nhân

Ä'a sá»' các trÆá»ng há»ÿp loét Ä'á»•u do vi trùng H. pylori. DÆ° thá» «a chá°ÿt chua khiá°¿n tình hình càng tá»'i tá»ñ

hãy. Mất ngủ, đau đầu, nhức mỏi, các thuốc kháng viêm không steroid (NSAID) dùng cho viêm khớp, có thể gây loét. Hút thuốc, uống rượu, dùng quá nhiều chất cafein (tức cà phê, trà, coca, pepsi, nước uống tăng lực v.v.), stress, cũng đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành loét dạ dày tá tràng.

Triệu chứng và dấu hiệu

Triệu chứng thường gặp là đau vùng thượng vị (vùng quanh dạ dày), nhất là khi dạ dày trống. Cũng có thể đau sau khi ăn, nhất là khi ăn thức ăn gây khó chịu dạ dày. Các triệu chứng khác có thể bao gồm buồn nôn, nôn ói, và ỉa chảy.

Chẩn đoán

Để xác định các triệu chứng loét dạ dày có thể là do viêm loét dạ dày hoặc do các nguyên nhân khác. Tuy nhiên khi loét có biến chứng xuất huyết thì cần phải nhập viện điều trị.

Nguyên nhân

Vào thời kỳ đầu, loét thường lành mà không cần điều trị. Nhưng nếu không được điều trị đúng cách, loét có thể gây xuất huyết hoặc các biến chứng khác. Cần phải theo dõi và điều trị đúng cách.

NHỮNG ĐIỀU NÊN LÀM

Bác sĩ có thể kê toa kháng sinh, các thuốc ức chế tiết acid, và thuốc kháng acid thông thường. Bệnh nhân nên uống thuốc đúng giờ và theo đúng hướng dẫn của bác sĩ. Các thuốc khác nhau trong ngày. Hãy tuân thủ đúng các chỉ định của bác sĩ.

Bệnh nhân có thể dùng các loại thuốc kháng acid bán tại quầy, nhưng nên dùng chúng đúng cách và theo đúng hướng dẫn của bác sĩ.

Hãy uống đủ nước để tránh mất nước. Uống nhiều nước để tránh mất nước. Chia nhỏ bữa ăn trong ngày. Ăn uống lành mạnh để tránh mất nước.

Tránh thức ăn cay nóng và thức ăn uống gây khó chịu dạ dày: rượu, thuốc lá, cà phê, nước uống tăng lực, nước ngọt có gas, bia, các thức uống có cồn, trà, và cà phê.

Không nên dùng aspirin hoặc ibuprofen. Chúng có thể gây xuất huyết dạ dày. Nếu cần dùng thuốc giảm đau, hãy dùng acetaminophen (paracetamol).

Không nên hút thuốc. Nếu hút thuốc, hãy giảm lượng thuốc lá... hoặc bỏ thuốc lá... tái phát.

Hãy uống đủ nước để giảm stress trong cuộc sống. Nếu cần, hãy tìm kiếm sự giúp đỡ từ bác sĩ chuyên khoa.

khoa tâm thần kinh.

Nghĩa là càng nhiều càng tốt. Có thể tránh việc uống thuốc bình thường nếu bạn cảm thấy khá hơn.

Bà nên nhân viên loét dạ dày tá tràng cần tránh các thức ăn gây kích thích niêm mạc dạ dày như: Gia vị (hành, tiêu, ớt, tỏi), các thức ăn chua (cam, chanh, me, xoài, trái cóc, ổi, bưởi, quýt, khóm v.v.), thức ăn cay, thuốc lá, các thức uống như cà phê, bia rượu và các thức ăn nóng và các thức ăn có chất xơ; thuốc kháng viêm không steroid, các thuốc có chứa vitamin C liều cao v.v.

Hãy báo cho bác sĩ ngay nếu...

Phân đen, có máu, hoặc có màu hồng.

Tiêu chảy hoặc táo bón gây ra bất lợi thuốc kháng acid.

Nếu các triệu chứng không cải thiện sau vài tuần.

Hãy đi khám ngay nếu...

Nôn ra máu hoặc chất nhầy màu bã cà phê.

Ăn uống mất ngon.

Đa phần, loét dạ dày tá tràng có thể chữa khỏi nếu được điều trị đúng cách.

Bs Nguyễn Văn Khanh, BV Khoa Hoàn Mã¹ Sài Gòn