

A- Viêm Dạ dày Dạ dày

Ảnh hưởng của cá sấu Thuc Duong
01/10/2009

NHÀ NGƯỜI CÁI N BẮC T

Viêm dạ dày còn là viêm bao tử. Trong dạ dày có các tế bào, tình trạng viêm dạ dày sẽ gây ra các triệu chứng sau vài ngày nếu bạn tránh các thực phẩm gây kích thích dạ dày.

Nguyên nhân

Các nguyên nhân gây viêm dạ dày thường gặp là stress, thuốc lá, ăn quá no, hoặc thức ăn chua cay và nhiều gia vị. Các thuốc giảm đau như aspirin và ibuprofen có thể gây viêm dạ dày. Nhiễm vi khuẩn Helicobacter pylori cũng là một nguyên nhân gây viêm dạ dày.

Triệu chứng dạ dày

Các triệu chứng thường gặp bao gồm chán ăn, khó tiêu, hoặc đau bụng. Viêm dạ dày còn gây nôn ói, tiêu chảy, cảm giác khó tiêu, ợ hơi, ợ chua, hoặc mất ngủ.

Chẩn đoán

Để chẩn đoán viêm dạ dày, bác sĩ sẽ hỏi về triệu chứng và khám bệnh.

NHÀ NGƯỜI NÊN LÀM

Bạn có thể dùng các thuốc kháng-acid để giảm đau do axit trong dạ dày.

Hãy hỏi ý kiến bác sĩ khi dùng thuốc nào đó. Tránh uống aspirin hoặc ibuprofen. Chúng sẽ làm cho tình trạng dạ dày của bạn nặng hơn. Nếu bạn cảm thấy đau, hãy dùng acetaminophen (paracetamol).

Ăn thức ăn lỏng trong ngày đầu tiên. Hãy uống nhiều nước lọc hoặc nước ấm.

Nên ăn thức ăn dễ tiêu, ít chất béo. Ăn thức ăn ít kích thích hoặc nóng. Ăn thức ăn ít chất béo.

Tránh uống rượu hoặc hút thuốc khi tình trạng dạ dày không ổn định.

•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°¿n 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°¥p nhá°¥t 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»¶nh ngay ná°¿u...

Nôn ra máu.

iêu ra máu hoá°c tiêu phân Ä'en.

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

Ä'au bá»¶ng dá»- dá»™i.

Sá»t cao.

B- Loét Dá°¿; Dày Tá Tràng

NHá»©NG Ä'á»ÆU Cá°¿N 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°¶n Ä'á°£u cá»¶a 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°£y ra khi loét gây xuá°¥t huyá°¿t tiêu hoá, hoá°c gây thá»¶ng thành dá°¿; dày hoá°c tá tràng.

Nguyên nhân

Ä'a sá»' các trÆá»ng há»¶p loét Ä'á»•u do vi trùng H. pylori. DÆ° thá» «a chá°¥t chua khiá°¿n tình hình càng tá»'i tá»¶

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 rỗng. Cũng có thể đau sau khi ăn, nhất là khi ăn thức ăn cay nóng gây khó chịu dạ dày. Các triệu chứng khác có thể bao gồm buồn nôn, nôn ói, và mất cân nặng.

Chẩn đoán

Để chẩn đoán các trường hợp loét dạ dày, bác sĩ sẽ dựa vào tiền sử bệnh và triệu chứng. Tuy nhiên khi loét có biến chứng xuất huyết thì cần nội soi dạ dày để chẩn đoán.

Nguyên nhân

Vấn đề chính là loét dạ dày, loét thượng vị mà không đau, là dấu hiệu của bệnh lý nghiêm trọng. Nếu bạn không được chẩn đoán đúng, loét có thể gây xuất huyết hoặc thậm chí thủng dạ dày và cần nhập viện điều trị.

NHỮNG ĐIỀU NÊN LÀM

Bác sĩ có thể kê toa kháng sinh, các thuốc ức chế tiết acid, và thuốc kháng acid thông thường. Bạn nên uống thuốc đúng giờ và uống thuốc vào buổi sáng và buổi tối khác nhau trong ngày. Hãy tuân thủ đúng các chỉ dẫn của bác sĩ.

Bạn có thể dùng các loại thuốc kháng acid bán tại quầy thuốc, nhưng nên dùng chúng đúng cách để tránh tác dụng phụ.

Hãy uống đủ nước để giúp dạ dày trống rỗng. Dùng nhiều nước ấm để giúp dạ dày trống rỗng. Chia nhỏ bữa ăn trong ngày. Ăn uống lành mạnh để giúp dạ dày trống rỗng.

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

Không nên hút thuốc. Nếu bạn hút thuốc, hãy cố gắng bỏ thuốc để giảm nguy cơ loét dạ dày, loét thượng vị và các biến chứng khác.

Hãy uống đủ nước để giảm stress trong cuộc sống. Nếu bạn cần giảm stress, 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 nước uống bình thường mà uống nước uống cá nhân thì khác.

Bà con 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 uống có caffeine và các thức uống có chất kích thích như thuốc lá, thuốc phiện, các 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 bệnh tiêu hóa kháng acid.

Nếu các triệu chứng không cải thiện sau vài tuần.

Hãy đi khám càng sớm càng tốt nếu...

Nôn ra máu hoặc chất nhầy trong bã cà phê.

Ăn uống mất ngon.

Da lạnh, toát mồ hôi, cảm giác yếu hoặc mất nước.

Bs Nguyễn Văn Khanh, BV Khoa Hoàn Mã¹ Sài Gòn