

# Ká»p thá»i Ä'ía»u trá» chá»©ng tiá»fu Ä'Ä<sup>a</sup>m nhiá»u á»ÿ ngÆ<sup>o</sup>á»i bá»ñnh Ä'Ä<sup>i</sup> thÄ<sup>i</sup> Ä'Æ<sup>o</sup>á»ng

Ä'Ä<sup>3</sup>ng gÄ<sup>3</sup>p cá»Şa Thuc Duong  
04/09/2012

## Chá»©ng

Ä'i tiá»fu nhiá»u lá<sup>o</sup>Şn vào ban Ä'êm có thá»f coi là triá»ţu chá»©ng cá<sup>o</sup>Şnh báo vá»• thay Ä'á»i bá»ñnh lý cá»Şa thá<sup>o</sup>-n. Lúc này cá<sup>o</sup>Şn nhanh chóng tích cá»±c Ä'ía»u trá» Ä'á»f làm chá<sup>o</sup>-m lá<sup>o</sup>Şi sá»± xuá<sup>o</sup>Şt hiá»ñnh ná»ng biá<sup>o</sup>Şn chá»©ng cá»Şa bá»ñnh thá<sup>o</sup>-n.

Tá<sup>o</sup>Şi sao phá<sup>o</sup>Şi coi trá»ng viá»ţc Ä'ía»u trá» chá»©ng tiá»fu Ä'êm nhiá»u?

## Chúng

ta Ä'ä biá<sup>o</sup>Şt, ná»ng biá<sup>o</sup>Şn Ä'á»i bá»ñnh lý á»ÿ má<sup>o</sup>Şch máu ná»• cá»Şa thá<sup>o</sup>-n sá<sup>o</sup>½ dá<sup>o</sup>«n Ä'á<sup>o</sup>Şn chá»©ng Ä'i tiá»fu Ä'êm nhiá»u lá<sup>o</sup>Şn; Ä'ä có nghiên cá»©u chá»©ng minh rá<sup>o</sup>Şng: trÆ<sup>o</sup>á»c khi có ná»ng biá<sup>o</sup>Şn Ä'á»i mô há»c á»ÿ má<sup>o</sup>Şch máu ná»• cá»Şa thá<sup>o</sup>-n thì Ä'ä có thá»f xuá<sup>o</sup>Şt hiá»ñnh sá»± biá<sup>o</sup>Şn Ä'á»i chá»©c nÄ<sup>o</sup>fng, vì thá<sup>o</sup>Ş ngÆ<sup>o</sup>á»i má<sup>o</sup>-c bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>o</sup>á»ng có thá»f vá<sup>o</sup>«n bá»c má<sup>o</sup>-c chá»©ng Ä'i tiá»fu nhiá»u lá<sup>o</sup>Şn vào ban Ä'êm ngay cá<sup>o</sup>Ş trÆ<sup>o</sup>á»c khi xuá<sup>o</sup>Şt hiá»ñnh ná»ng triá»ţu chá»©ng Ä'ía»fn hình cá»Şa bá»ñnh thá<sup>o</sup>-n nhÆ<sup>o</sup> phù thÄ<sup>o</sup>ng và cao huyá<sup>o</sup>Şt áp. Vì vá<sup>o</sup>-y, chá»©ng Ä'i tiá»fu nhiá»u lá<sup>o</sup>Şn vào ban Ä'êm có thá»f coi là triá»ţu chá»©ng cá<sup>o</sup>Şnh báo vá»• thay Ä'á»i bá»ñnh lý cá»Şa thá<sup>o</sup>-n. Lúc này cá<sup>o</sup>Şn nhanh chóng tích cá»±c Ä'ía»u trá» Ä'á»f làm chá<sup>o</sup>-m lá<sup>o</sup>Şi sá»± xuá<sup>o</sup>Şt hiá»ñnh ná»ng biá<sup>o</sup>Şn chá»©ng cá»Şa bá»ñnh thá<sup>o</sup>-n.

## Ngoài

ra, cùng vá»i chá»©ng Ä'i tiá»fu vá»i lÆ<sup>o</sup>á»Şng tiá»fu nhiá»u thì sá»' lá<sup>o</sup>Şn Ä'i tiá»fu cá<sup>o</sup>Şng tÄ<sup>o</sup>fng lên, bá»ñnh nhân ná<sup>o</sup>1 là 2-3 lá<sup>o</sup>Şn má»<sup>TMt</sup> Ä'êm, ná<sup>o</sup>.ng thì có thá»f lên tá»i trên 10 lá<sup>o</sup>Şn má»<sup>TMt</sup> Ä'êm khiá<sup>o</sup>Şn cho ngÆ<sup>o</sup>á»i bá»ñnh ngá»Ş không Ä'á»Ş giá<sup>o</sup>Şc, tinh lá»±c giá<sup>o</sup>Şm sút, chán Ä<sup>o</sup>fn, trong ngÆ<sup>o</sup>á»i bá»ñnh tá»i tá»i khó chá»u, tinh thá<sup>o</sup>Şn á»Ş rÄ<sup>o</sup>; Ä'ây có thá»f là nguyên nhân dá<sup>o</sup>«n Ä'á<sup>o</sup>Şn lÆ<sup>o</sup>á»Şng Ä'Æ<sup>o</sup>á»ng huyá<sup>o</sup>Şt tÄ<sup>o</sup>fng cao khó có thá»f khá»ng chá<sup>o</sup>Ş Ä'Æ<sup>o</sup>á»Şc. Vì vá<sup>o</sup>-y cá<sup>o</sup>Ş bác sá»1 và ngÆ<sup>o</sup>á»i bá»ñnh cá<sup>o</sup>Şn coi trá»ng ná»ng triá»ţu chá»©ng lâm sàng này Ä'á»f có biá»ñnh pháp Ä'ía»u trá» tích cá»±c.

Nên tiá<sup>o</sup>Şn hành kiá»fm tra ná»ng gì khi xuá<sup>o</sup>Şt hiá»ñnh chá»©ng tiá»fu Ä'êm nhiá»u?

## Khi

xuá<sup>o</sup>Şt hiá»ñnh triá»ţu chá»©ng tiá»fu Ä'êm nhiá»u, ngÆ<sup>o</sup>á»i bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>o</sup>á»ng có thá»f Ä'Æ<sup>o</sup>á»Şc kiá»fm tra áp lá»±c thá<sup>o</sup>Şm thá<sup>o</sup>Şu nÆ<sup>o</sup>á»c tiá»fu sau 12 tiá<sup>o</sup>Şng ná»«n uá»ng, tá»% trá»ng nÆ<sup>o</sup>á»c tiá»fu, lÆ<sup>o</sup>á»Şng Ä'Æ<sup>o</sup>á»ng trong nÆ<sup>o</sup>á»c tiá»fu, lÆ<sup>o</sup>á»Şng nÆ<sup>o</sup>á»c tiá»fu (so sánh giá»a ban ngày và ban Ä'êm) và CCr. Ngoài ra, tá»% lá»ţ thanh trá»« creatinin, tiêu chí vá»• anbumin trong má<sup>o</sup>Şch máu ná»• cá»Şa thá<sup>o</sup>-n nhÆ<sup>o</sup> a1-MG, b2-MG và NAG cá<sup>o</sup>Şng cá<sup>o</sup>Şn Ä'Æ<sup>o</sup>á»Şc tham khá<sup>o</sup>Şo và cá<sup>o</sup>Şng Ä'Æ<sup>o</sup>á»Şc coi là tiêu chuá<sup>o</sup>Şn Ä'ánh giá viá»ţc Ä'ía»u trá» có hiá»ţu quá<sup>o</sup>Ş.

NgÆ<sup>o</sup>á»i má<sup>o</sup>-c chá»©ng tiá»fu Ä'êm nhiá»u cá<sup>o</sup>Şn chú ý ná»ng gì trong sinh hoá<sup>o</sup>Şt và sá»- dá»Şng thuá»c?

## NgÆ<sup>o</sup>á»i

bá»ñnh nên tránh xa ná»ng nguyên nhân gây tiá»fu Ä'êm nhiá»u nhÆ<sup>o</sup> uá»ng trà, cà phê hoá<sup>o</sup>-c uá»ng quá nhiá»u nÆ<sup>o</sup>á»c trÆ<sup>o</sup>á»c khi Ä'i ngá»Ş. Do ngÆ<sup>o</sup>á»i bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>o</sup>á»ng, bá»ñnh do bá»ñnh thá<sup>o</sup>-n thÆ<sup>o</sup>á»ng phá<sup>o</sup>Şi uá»ng thuá»c lá»Şi tiá»fu, vì thá<sup>o</sup>Ş nên uá»ng thuá»c 1 lá<sup>o</sup>Şn vào buá»i sáng khi ngá»Ş dá<sup>o</sup>-y, không nên uá»ng vào buá»i chiá»u hoá<sup>o</sup>-c buá»i tá»i. Thuá»c chá»a chá»©ng táo bón lá<sup>o</sup>Şi nên uá»ng vào buá»i tá»i trÆ<sup>o</sup>á»c khi Ä'i ngá»Ş giúp bá»ñnh nhân có thá»f có thói quen Ä'i Ä'á<sup>o</sup>Şi tiá»ñnh má»<sup>TMt</sup> lá<sup>o</sup>Şn vào buá»i sáng khi ngá»Ş dá<sup>o</sup>-y.

## Viá»ţc

truyá»•n nÆ°á»›c tĂ©nh má»ch cĂ©ng há»t sá»©c tránh làm vào buá»i chiá»•u hoá°.c trÆ°á»›c khi Ăi ngá»§; thuá»'c an thá»§n và thuá»'c bá»c cĂ©ng nên sá»- dá»¥ng á»Ý má»©c Ă'á»™ há»£p lý Ă'á»f cá»£i thiá»†n chá»¥t lÆ°á»£ng giá»c ngá»§ cho ngÆ°á»•i bá»†nh; khi cá»£n thiá»£t có thá»f Ă'ia»•u trá»‹ ká»£t há»£p vá»›i thuá»'c an thá»§n chá»'ng lo lá»ng, má»†t má»•i.

(Theo Omssivietnam.com)