

## TÌM HIỂU KIẾN THỨC PHÒNG CHỐNG BỆNH TĂNG HUYẾT ÁP CỦA BỆNH NHÂN TẠI KHOA NỘI TỔNG HỢP BỆNH VIỆN ĐA KHOA TỈNH GIA LAI

Trần Thị Xuân Hòa<sup>1</sup>

### TÓM TẮT:

**"Tăng huyết áp là kẻ giết người thầm lặng".** Thực tế cho thấy: hầu hết người dân có rất ít kiến thức về căn bệnh nguy hiểm này. Rất nhiều người không hề biết về tình trạng huyết áp của mình thậm chí có những người cho dù biết mình bị tăng huyết áp (THA) nhưng vẫn không dùng thuốc đều đặn, không tuân thủ chế độ ăn, chế độ luyện tập dẫn đến nhiều biến chứng làm ảnh hưởng nhiều đến chất lượng cuộc sống, biến người bệnh thành gánh nặng cho gia đình và xã hội.

Vì vậy, chúng tôi làm nghiên cứu này với mục tiêu: - Tìm hiểu sự hiểu biết của bệnh nhân về cách phòng ngừa, chế độ điều trị chăm sóc và cách phát hiện sớm những biến chứng của tăng huyết áp. Từ đó đưa ra cách giáo dục thích hợp cho từng đối tượng

**Phương pháp nghiên cứu:** Điều tra cắt ngang trên mẫu chọn. Soạn thảo bộ câu hỏi trắc nghiệm làm phiếu điều tra. Phòng vấn trực tiếp bệnh nhân theo phiếu điều tra. Xử lý số liệu.

**Kết quả:** Hầu hết bệnh nhân không quan tâm đến bệnh tăng huyết áp, có đến 75,5% bệnh nhân không biết chỉ số huyết áp của mình, 96% bệnh nhân không biết cách phát hiện bệnh tăng huyết áp. Các yếu tố nguy cơ tác động tới tăng huyết áp được bệnh nhân biết với tỷ lệ cao hơn. Tuy nhiên kiến thức về phòng ngừa và điều trị tăng huyết áp còn nhiều hạn chế, chỉ có 36% bệnh nhân biết được tăng huyết áp là bệnh cần điều trị thường xuyên và lâu dài.

**Kết luận:** Để nâng cao kiến thức về bệnh tăng huyết áp, cách phát hiện và phòng tránh căn bệnh này chúng ta cần phải tích cực tuyên truyền về tăng huyết áp cho cộng đồng. Nhân viên y tế mà đặc biệt một người điều dưỡng tiếp xúc trực tiếp thường xuyên với bệnh nhân, phải tích cực học tập nâng cao kiến thức và tìm hiểu kỹ hiểu biết của bệnh nhân để có thể giáo dục sức khỏe cho cộng đồng một cách hiệu quả nhất.

### ABSTRACT

#### LEARN THE KNOWLEDGE OF PATIENTS ABOUT HYPERTENSION PREVENTION AT GENERAL MEDICINE DEPARTMENT OF GIA LAI PROVINCE HOSPITAL

Tran Thi Xuan Hoa<sup>1</sup>

**"Hypertension is the silent killer."** Fact: most people have very little knowledge about this serious disease. Many people do not know about your blood pressure even though people know you have hypertension but do not use drugs regularly, do not comply with diet, exercise regime leads to many complications as picture has a lot to the quality of life, turning a burden for the patients family and society. So, we do research with the aim of: - Learn the knowledge of patients about prevention, treatment regimens and how to care for early detection of complications of hypertension. - Since then given a suitable education for each object.

1. Khoa Nội Tổng hợp, BVĐK tỉnh Gia Lai

Bảng 2. Hút thuốc lá làm tăng nguy cơ mắc bệnh tim mạch

|            | Dân tộc thiểu số |      | Người kinh |      | Tổng cộng |     |
|------------|------------------|------|------------|------|-----------|-----|
|            | n                | %    | n          | %    | n         | %   |
| Có         | 40               | 20   | 90         | 45   | 130       | 65  |
| Không có   | 9                | 4,5  | 17         | 8,5  | 26        | 13  |
| Không biết | 38               | 19   | 6          | 3    | 44        | 22  |
| Tổng số    | 87               | 43,5 | 113        | 56,5 | 200       | 100 |

Bảng 3. Tập thể dục làm ổn định huyết áp

|            | Dân tộc thiểu số |      | Người kinh |      | Tổng cộng |     |
|------------|------------------|------|------------|------|-----------|-----|
|            | n                | %    | n          | %    | n         | %   |
| Có         | 30               | 15   | 80         | 40   | 110       | 55  |
| Không có   | 9                | 4,5  | 29         | 14,5 | 38        | 19  |
| Không biết | 48               | 24   | 4          | 2    | 52        | 26  |
| Tổng số    | 87               | 43,5 | 113        | 56,5 | 200       | 100 |

Bảng 4. Ăn mặn làm ảnh hưởng đến huyết áp

|            | Dân tộc thiểu số |      | Người kinh |      | Tổng cộng |      |
|------------|------------------|------|------------|------|-----------|------|
|            | n                | %    | n          | %    | n         | %    |
| Có         | 30               | 15   | 88         | 44   | 118       | 59   |
| Không có   | 6                | 3    | 17         | 8,5  | 23        | 11,5 |
| Không biết | 51               | 25,5 | 8          | 4    | 59        | 29,5 |
| Tổng số    | 87               | 43,5 | 113        | 56,5 | 200       | 100  |

Bảng 5. Tăng huyết áp cần điều trị thường xuyên

|            | Dân tộc thiểu số |      | Người kinh |      | Tổng cộng |      |
|------------|------------------|------|------------|------|-----------|------|
|            | n                | %    | n          | %    | n         | %    |
| Có         | 13               | 6,5  | 59         | 29,5 | 72        | 36   |
| Không có   | 28               | 14   | 49         | 24,5 | 77        | 38,5 |
| Không biết | 46               | 23   | 5          | 2,5  | 51        | 25,5 |
| Tổng số    | 87               | 43,5 | 113        | 56,5 | 200       | 100  |

Bảng 6. Tỷ lệ bệnh nhân biết tăng huyết áp gây biến chứng

|            | Dân tộc thiểu số |      | Người kinh |      | Tổng cộng |      |
|------------|------------------|------|------------|------|-----------|------|
|            | n                | %    | n          | %    | n         | %    |
| Biết       | 42               | 21   | 99         | 49,5 | 141       | 70,5 |
| Không biết | 45               | 22,5 | 14         | 7    | 59        | 29,5 |
| Tổng số    | 87               | 43,5 | 113        | 56,5 | 200       | 100  |

Bảng 7. Tỷ lệ biến chứng ở các cơ quan trong số bệnh nhân biết

|              | Dân tộc thiểu số |     | Người kinh |      | Tổng cộng |      |
|--------------|------------------|-----|------------|------|-----------|------|
|              | n                | %   | n          | %    | n         | %    |
| Mắt          | 4                | 2,8 | 21         | 14,9 | 25        | 17,7 |
| Dạ dày       | 3                | 2,1 | 8          | 5,7  | 11        | 7,8  |
| Gan          | 3                | 2,1 | 8          | 5,7  | 11        | 7,8  |
| Não          | 17               | 12  | 63         | 44,7 | 80        | 56,7 |
| Tim          | 31               | 22  | 66         | 46,8 | 97        | 68,8 |
| Thận         | 1                | 0,7 | 17         | 12,1 | 18        | 12,8 |
| Phổi         | 3                | 2,1 | 16         | 11,3 | 19        | 13,4 |
| Cơ quan khác | 1                | 0,7 | 7          | 4,9  | 8         | 5,6  |

#### IV. BÀN LUẬN

##### 4.1. Đặc điểm chung

Qua tiến hành điều tra 200 bệnh nhân đang điều trị tại khoa Nội Tổng hợp, Bệnh viện Đa khoa tỉnh Gia Lai: Tỷ lệ nam giới chiếm 53,5%, nữ giới chiếm 47,5%; Tỷ lệ dân tộc kinh 56,5%, dân tộc thiểu số 43,5% mà chủ yếu là dân tộc Jrai. Phần lớn bệnh nhân sống chủ yếu ở nông thôn chiếm 72% , còn lại 28% sống ở thành thị. Do đặc điểm của Gia Lai là một tỉnh miền núi, dân tộc thiểu số chiếm xấp xỉ 50% dân số và vì nhà nước có nhiều chính sách ưu đãi trong cung cấp các dịch vụ y tế nên tỷ lệ dân tộc thiểu số nhập viện chiếm khá đông so với các bệnh viện khác. Trong số bệnh nhân được phỏng vấn có 43,5% bệnh nhân dân tộc thiểu số và trong đó số bệnh nhân mù chữ chiếm 50,6%, 19,5% tiểu học, 21,8% trung học cơ sở, 8% phổ thông trung học. Vì thế nên trình độ hiểu biết nói chung cũng như trình độ hiểu biết về bệnh tật nói riêng là rất thấp.

##### 4.2. Sự hiểu biết về bệnh tăng huyết áp

- Về các chỉ số huyết áp: Hầu hết số bệnh nhân khi được hỏi đều trả lời là không biết chỉ số huyết áp hiện tại của mình chiếm 75,5% chỉ có 22% bệnh nhân biết và 2,5% bệnh nhân chỉ biết chỉ số huyết áp tâm thu mà thôi. Có đến 96% bệnh nhân không biết làm thế nào để phát hiện căn bệnh tăng huyết áp và 94% bệnh nhân không biết con số huyết áp bao nhiêu được gọi là tăng huyết áp.

- Về các yếu tố nguy cơ ảnh hưởng đến huyết áp: Phần lớn bệnh nhân biết các yếu tố nguy cơ ảnh hưởng đến huyết áp: rượu bia 72%, hút thuốc lá 65%, lo lắng bất an 62%, chế độ ăn mặn 59%, tập thể dục 55%.

- Về ảnh hưởng của huyết áp lên các cơ quan trong cơ thể: Tỷ lệ bệnh nhân biết tăng huyết áp gây biến chứng 70,5% trong đó: 68,8% tim, 56,7% não, 17,7% mắt, 13,4% phổi, 12,8% thận, 7,8% gan, 7,8% dạ dày, 5,6% cơ quan khác. Tỷ lệ bệnh nhân không biết tăng huyết áp gây biến chứng là 29,5%.

- Về chế độ điều trị tăng huyết áp: Chỉ có 36% bệnh nhân cho rằng bệnh tăng huyết áp cần phải điều trị thường xuyên, tức là cần phải dùng thuốc ngay cả khi huyết áp đã về bình thường. Có đến 38,5% bệnh nhân cho rằng không cần phải dùng thuốc thường xuyên, tức là có thể ngưng thuốc khi huyết áp đã trở về bình thường. Còn lại 25,5% bệnh nhân không biết, trong đó có sự khác biệt giữa dân tộc thiểu số và người kinh: dân tộc thiểu số 23%, người kinh 2,5%.

Trong 200 bệnh nhân được nghiên cứu thì số bệnh nhân có tiền sử tăng huyết áp là 20 bệnh nhân (16 người kinh và 4 dân tộc thiểu số) chiếm 10%. Trong số 20 bệnh nhân có tiền sử tăng huyết áp thì có 5 bệnh nhân (4 người kinh và 1 dân tộc thiểu số) cho rằng khi dùng thuốc huyết áp mà chỉ số huyết áp trở về bình thường thì không cần dùng thuốc nữa. Điều này cho thấy ngay cả những

bệnh nhân bị tăng huyết áp vẫn có hiểu biết không đúng về chế độ điều trị bệnh tăng huyết áp: người ta cho rằng chỉ cần uống thuốc khi nào huyết áp tăng cao và tự ý ngưng thuốc khi huyết áp đã trở về bình thường và chỉ uống lâu dài theo 1 đơn thuốc mà không đi khám lại định kì để đánh giá tiến triển của bệnh. Nguyên nhân là do họ không cảm thấy triệu chứng gì khó chịu mặc dù huyết áp tăng cao, khách quan do đa phần là dân lao động nên họ không có điều kiện tiếp thu những kiến thức phòng bệnh và chữa bệnh, không có điều kiện thời gian tuân thủ chế độ điều trị. Điều này sẽ làm tăng nguy cơ tử vong và nhiều biến chứng nguy hiểm của bệnh.

## V. KẾT LUẬN

- Về hiểu biết của bệnh nhân về bệnh tăng huyết áp: Đa phần bệnh nhân chưa có sự quan tâm đúng mức về căn bệnh nguy hiểm này nên khi được hỏi hầu hết đều không biết chỉ số huyết áp của mình cũng như không biết chỉ số huyết áp bao nhiêu được gọi là tăng huyết áp và không biết làm thế nào để phát hiện căn bệnh tăng huyết áp.

- Hiểu biết của bệnh nhân về các yếu tố nguy cơ ảnh hưởng đến huyết áp: Phần lớn bệnh nhân biết các yếu tố nguy cơ ảnh hưởng đến huyết áp và những biến chứng của nó lên các cơ quan trong cơ thể.

- Hiểu biết của bệnh nhân về chế độ phòng bệnh và điều trị bệnh tăng huyết áp còn kém.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Mạnh Hùng (2010), Tăng huyết áp: “kẻ giết người thầm lặng”, website: <http://suckhoedoisong.vn>
2. Website: [http://vi.wikipedia.org/wiki/Gia\\_Lai](http://vi.wikipedia.org/wiki/Gia_Lai)
3. Bệnh tim mạch, website: <http://www.cimsi.org.vn>