

KIẾN THỨC TỰ CHĂM SÓC CỦA NGƯỜI BỆNH ĐÁI THÁO ĐƯỜNG TẠI TRUNG TÂM Y TẾ VĂN LÂM TỈNH HƯNG YÊN-2021

Nguyễn Thị Thu¹, Trần Minh Hậu^{2*}

TÓM TẮT

Mục tiêu: đánh giá kiến thức tự chăm sóc của người bệnh đái tháo đường.

Đối tượng và phương pháp nghiên cứu: mô tả cắt ngang có phân tích. Tiến hành phỏng vấn trực tiếp 160 người bệnh đái tháo đường đang điều trị tại Trung tâm Y tế Văn Lâm tỉnh Hưng Yên bằng bộ câu hỏi ADKnowl. Chọn mẫu theo phương pháp thuận tiện: tất cả người bệnh điều trị tại Trung tâm y tế Văn Lâm trong thời gian từ tháng 4 đến tháng 11/2021 đều được chọn trong nghiên cứu.

Kết quả: nghiên cứu chỉ ra rằng:

- Kiến thức đúng về bệnh tiểu đường nói chung khá cao đạt 96-98%.

- Nhận biết đúng về hạ đường huyết và cách xử lý khi hạ đường huyết là 78-95%.

- Kiến thức đúng về việc kiểm soát đường huyết tốt sẽ giảm nguy cơ mắc bệnh thần kinh, bệnh về mắt và bệnh thận từ 94%-99%. Kiến thức đúng về khám và soi đáy mắt nhằm phát hiện sớm mù lòa là 97,55%.

- Tự chăm sóc bằng cách thực hiện đúng chế độ dinh dưỡng cho người đái tháo đường dao động từ 24,5%-38,6%.

- Người bệnh biết cách tự chăm sóc bàn chân như: tránh tổn thương bàn chân, chọn giày kích cỡ rộng và mềm là (91,87%-98,1%). Không chân thì dùng kem giữa ẩm hoặc gặp chuyên gia chăm sóc chân tư vấn (71,2%-91,8%).

Từ khóa: Đái tháo đường; Tự chăm sóc; Trung tâm y tế huyện

ABSTRACT

SELF-CARE KNOWLEDGE OF DIABETES PATIENTS AT VAN LAM MEDICAL CENTER IN HUNG YEN PROVINCE IN 2021

Objective: to assess self-care knowledge of people suffer from diabete disease.

1. TT y tế Văn Lâm, Hưng Yên

2. Trường Đại học Y Dược Thái Bình

* Chịu trách nhiệm chính: Trần Minh Hậu

Di động: 0983 570519

Ngày nhận bài: 06/5/2022

Ngày phản biện: 17/6/2022

Ngày duyệt bài: 20/6/2022

Method: according to the horizontal descriptive method. We conducted direct interviews with 160 diabetic patients being treated at Van Lam Medical Center in Hung Yen province from April to November 2021 using the ADKnowl questionnaire.

Results: show that:

- The rate of patient that comprehends the correct knowledge about diabetes is quite high: 96-98%.

- The rate of patient that comprehends the correct knowledge of hypoglycemia and how to handle it is 78-95%.

- The rate of knowing the right knowledge of good blood sugar control reduces the risk of neurological disease, eye disease and kidney disease is 94%-99%. The rate of knowing correct knowledge about examination and do an ophthalmoscope for early detection of blindness is 97,55%.

- The percentage of patients with correct knowledge about diabetic diet ranges from 24.5% to 38,6%...

- Correct knowledge about self-care for feet such as: avoiding foot damage, choosing wide and soft shoes (91,87%-98,1%). Using moisturizing cream for dry feet, meet a foot care specialist for advice (71,2%-91,8%).

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đái tháo đường là một bệnh chuyển hóa thường gặp, bệnh không lây nhiễm và là một trong những vấn đề sức khỏe của thế kỷ 21. Nếu không được chăm sóc đầy đủ thường dẫn đến các biến chứng sức khỏe nghiêm trọng như: mù lòa, suy thận, bệnh thần kinh, bệnh lý bàn chân...[1] và để lại nhiều hậu quả nặng nề cho bản thân, gia đình và xã hội. Xu hướng điều trị đái tháo đường hiện nay là tập trung vào việc phòng ngừa biến chứng của bệnh, chính vì vậy người bệnh cần có kiến thức đầy đủ về bệnh, tự chăm sóc bản thân sẽ chủ động phòng ngừa được các hậu quả nghiêm trọng và dự phòng các biến chứng. Chúng tôi tiến hành nghiên cứu này nhằm đánh giá kiến thức tự chăm sóc của người bệnh đái tháo đường tại Trung tâm Y tế Văn Lâm tỉnh Hưng Yên từ đó có cơ sở tư vấn giúp người bệnh đái tháo đường có kiến thức tốt hơn

về việc tự chăm sóc bản thân và phòng ngừa biến chứng của bệnh.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

- Đối tượng nghiên cứu là các NB chẩn đoán ĐTĐ đến điều trị tại Trung tâm Y tế Văn Lâm tỉnh Hưng Yên. theo tiêu chuẩn của ADA 2010 [2].

- Thời gian: từ tháng 4/2021 đến tháng 11/2021.

- Địa điểm: Trung tâm Y tế Huyện Văn Lâm tỉnh Hưng Yên.

- Phương pháp nghiên cứu theo phương pháp mô tả cắt ngang, có phân tích.

- Cỡ mẫu được tính theo công thức sau:

$$n = Z_{(1-\alpha/2)}^2 \frac{p(1-p)}{d^2}$$

Trong đó:

$Z_{(1-\alpha/2)}^2 = 1,96^2$ (độ tin cậy 95%),

$d = 0,05$, $p = 0,1$ [3]. Thay vào công thức, cỡ mẫu nghiên cứu $n=139$.

Cỡ mẫu thực tế trong nghiên cứu là 160.

- Chọn mẫu theo phương pháp thuận tiện. Tất cả người bệnh điều trị tại Trung tâm Y tế từ tháng 4 đến 11 năm 2021 đủ tiêu chuẩn đều được chọn vào nghiên cứu.

- Bộ công cụ nghiên cứu là bộ câu hỏi ADKnowl [4].

- Phỏng vấn trực tiếp người bệnh ĐTĐ đang điều trị tại Trung tâm Y tế Văn Lâm, tỉnh Hưng Yên. Đánh giá kiến thức của người bệnh thông qua điểm tính được của từng mục: trả lời đúng <50% số câu hỏi là chưa đạt; trả lời đúng $\geq 50\%$ số câu hỏi được đánh giá là đạt.

- Số liệu được xử lý bằng phần mềm Epidata 3.1, phân tích kết quả bằng phần mềm STATA 12.0.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 3.1. Một số đặc điểm của đối tượng nghiên cứu (n = 160)

Đối tượng	Giới		Tuổi		Nghề nghiệp		Thời gian mắc	
	Nam	Nữ	≤ 60	> 60	CB, CNV	Nông dân, nội trợ	≤ 5 năm	> 5 năm
Số lượng	85	75	86	74	45	115	93	67
Tỷ lệ %	53,12	46,88	53,75	46,25	28,12	71,88	58,12	41,88

Số đối tượng gần tương đương nhau giữa nam và nữ, giữa 2 nhóm tuổi dưới và trên 60, độ tuổi trung bình của đối tượng là $56,98 \pm 10,2$.

Tỷ lệ đối tượng là nông dân/nội trợ cao hơn cán bộ công nhân viên; Tỷ lệ mắc bệnh dưới 5 năm cao hơn tỷ lệ mắc trên 5 năm.

Bảng 3.2. Kiến thức về bệnh tiểu đường của đối tượng nghiên cứu

Hiểu biết đúng về	Số lượng	Tỷ lệ %
Bệnh tiểu đường có thể kiểm soát được bằng điều trị	155	96,87
Duy trì cân nặng lý tưởng giúp kiểm soát bệnh tốt	157	98,12
Dùng thuốc có tác dụng làm giảm đường máu	154	96,25

Phần lớn người bệnh có hiểu biết đúng về bệnh tiểu đường có thể kiểm soát được bằng điều trị (96,87%), duy trì cân nặng lý tưởng giúp kiểm soát bệnh tốt (98,12%), hiểu biết đúng tác dụng làm giảm đường máu của thuốc điều trị tiểu đường (96,25%).

Bảng 3.3. Nhận biết về hạ đường huyết và cách xử lý

Hiểu biết đúng		Số lượng	Tỷ lệ %
Hạ đường huyết	Là lượng đường máu quá thấp	152	95,00
	Có thể là hậu quả của tăng hoạt động thể lực	126	78,75
	Cần ăn các loại đồ ngọt	144	90,00
	Cần nghỉ ngơi ít nhất 15 phút	141	88,12
	Cần kiểm tra đường huyết ngay	155	96,87

Hầu hết người bệnh có hiểu biết đúng về tình trạng hạ đường huyết và cách xử lý khi hạ đường huyết chiếm từ 78,76% đến 96,87%.

Bảng 3.4. Kiến thức về vai trò kiểm soát đường huyết và khám định kỳ

Kiểm soát đường huyết, khám định kỳ		Số lượng	Tỷ lệ %
Kiểm soát đường huyết sẽ	Giảm nguy cơ bệnh thần kinh ngoại vi	151	94,37
	Giảm nguy cơ bệnh thận	157	98,12
	Giảm nguy cơ bệnh về mắt	159	99,37
Khám định kỳ sẽ	Phòng các tổn thương bàn chân	151	94,37
	Phòng tăng huyết áp	157	98,12
	Phòng bệnh về mắt, nguy cơ mù lòa	159	99,37

Phần lớn người bệnh có kiến thức đúng trong các nội dung liên quan đến vai trò của việc kiểm soát đường huyết và khám định kỳ có tác dụng giảm nguy cơ mắc một số bệnh và các tổn thương bàn chân, huyết áp và nguy cơ mù lòa.

Bảng 3.5. Hiểu biết về chế độ dinh dưỡng

Hiểu biết đúng về chế độ dinh dưỡng	Số lượng	Tỷ lệ %
Lượng thức ăn có đường bằng lượng chất xơ	148	92,50
Thực phẩm giàu chất xơ giúp giữ đường huyết ổn định	144	90,00
Thực phẩm giàu chất béo làm tăng nguy cơ biến chứng	76	47,50
Loại thịt màu trắng có hàm lượng chất béo ít hơn thịt đỏ	126	78,75
Không nên ăn quá nhiều đạm	148	92,50
Đồ chiên rán chứa nhiều chất béo	108	67,50
Ăn nhạt làm giảm huyết áp	148	92,50
Trái cây tươi ảnh hưởng không nhiều tới đường huyết	96	60,00

Hầu hết người bệnh có hiểu biết đúng về thực phẩm và cách thức sử dụng như: thức ăn có đường bằng lượng chất xơ (92,5%), thực phẩm giàu chất xơ giúp giữ đường huyết ổn định (90%), không ăn quá nhiều đạm (92,5%), ăn nhạt làm giảm huyết áp (92,5%)...

Bảng 3.6. Kiến thức về việc tự chăm sóc bàn chân và xử lý khi khô chân

Hiểu biết đúng		Số lượng	Tỷ lệ %
Chăm sóc bàn chân	Chọn giày cỡ rộng hơn chân, mềm	147	91,87
	Phòng bị thương chân do lâu liền hơn	157	98,12
	Phòng loét và hoại tử bàn chân	156	97,50
Khi khô chân cần	Dùng kem dưỡng ẩm thoa khắp chân	114	71,25
	Cần đeo tất vớ	89	55,62
	Gặp chuyên gia chăm sóc chân	147	91,87

Hầu hết bệnh nhân đều có kiến thức đúng về việc chọn giày rộng hơn chân (91,98%), chăm sóc bàn chân phòng bị thương sẽ lâu liền, dễ viêm loét (97,5%-98,12%). Nhiều người có kiến thức và cách xử lý đúng về tình trạng chân bị khô.

IV. BÀN LUẬN

Đối tượng nghiên cứu này có tuổi trung bình là $57,07 \pm 10,34$ trong đó trên 60 tuổi là 74 chiếm 46,25%, kết quả này tương đương với một số nghiên cứu khác là $54,1 \pm 8,8$ tuổi và $52 \pm 7,6$ tuổi. Nam có 85 người chiếm 53,12%. Đối tượng là cán bộ công nhân viên có 45 người chiếm 28,25% và có tiền sử mắc đái tháo đường trên 5 năm là 67 người chiếm 41,88%. Nhìn chung kết quả này của chúng tôi khá phù hợp với kết quả của một số nghiên cứu khác trong và ngoài nước [6]

Đánh giá kiến thức tự chăm sóc của người bệnh đái tháo đường chúng tôi nhận thấy nhìn chung người bệnh có nhận thức đúng về bệnh tiểu đường, tới 96,87% người cho rằng bệnh tiểu đường có thể kiểm soát được bằng điều trị hoặc 98,12% biết rằng duy trì cân nặng lý tưởng giúp kiểm soát bệnh tốt và đặc biệt hiểu biết đúng tác dụng làm giảm đường máu của thuốc điều trị tiểu đường là 96,25%. Vấn đề nhận biết đúng về tình trạng hạ đường huyết và cách xử lý khi hạ đường huyết ở người tiểu đường cũng khá cao từ 78,76% - 96,87%. Đặc biệt kiến thức về việc kiểm soát đường huyết và khám định kỳ đóng vai trò quan trọng trong phòng và giảm nguy cơ một số bệnh như bệnh thần kinh, bệnh thận, bệnh về mắt hoặc những vấn đề tổn thương chân, bệnh huyết áp, các bệnh tim mạch và nguy

cơ đột quy đều có tỷ lệ 94-99%, và đặc biệt là vấn đề soi đáy mắt góp phần phòng ngừa nguy cơ mù lòa cho người tiểu đường cũng có một tỷ lệ rất cao trên 99%.

Vấn đề dinh dưỡng cũng cho thấy một tỷ lệ cao người bệnh có hiểu biết đúng về chế độ dinh dưỡng hợp lý, việc chọn và cách chế biến thực phẩm dành cho người tiểu đường, vấn đề này cũng phù hợp với nghiên cứu của tác giả Speight J & Bradley [7].

Những người tiểu đường thường dễ bị tổn thương bàn chân nên nhiều người bệnh nhận thức đúng về việc chăm sóc chân và bàn chân là rất quan trọng. Vấn đề này đã được WHO cảnh báo có tới 15% người bệnh tiểu đường có bệnh lý bàn chân như viêm loét, thậm chí bị cắt cụt chi (45-70%) không do chấn thương [8]: việc chọn giày rộng hơn chân, chất liệu mềm (91,98%), tỷ lệ này của chúng tôi cao hơn của Cao Thị Thảo (70-74%) [9], chăm sóc bàn chân tránh bị thương vì khi đó sẽ lâu liền hơn bình thường và dễ viêm loét (97,5%-98,12%). Khô chân cũng là dấu hiệu thường gặp nên nhiều người có hiểu thức và cách xử lý đúng khi chân bị khô họ dùng kem dưỡng ẩm hay đeo tất nhằm giữ ẩm cho chân, thậm chí họ có thể trực tiếp tìm gặp chuyên gia về chăm sóc chân để được tư vấn, tỷ lệ này của chúng tôi cao hơn của Nguyễn

Thị Bích Đào [10] tại bệnh viện chợ rẫy có 10,4% bệnh nhân xoa kem dưỡng ẩm cho chân, 17,9% bệnh nhân đi khám bác sỹ khi phát hiện những bất thường ở chân.

V. KẾT LUẬN

- Người bệnh có kiến thức đúng về bệnh tiểu đường nói chung khá cao đạt 96-98%.

- Nhận biết đúng về hạ đường huyết và cách xử lý khi hạ đường huyết là 78-95%.

- Kiến thức đúng về việc kiểm soát đường huyết tốt sẽ giảm nguy cơ mắc bệnh thần kinh, bệnh về mắt và bệnh thận từ 94%-99%. Kiến thức đúng về khám và soi đáy mắt nhằm phát hiện sớm mù lòa là 97,55%.

- Tự chăm sóc bằng thực hiện đúng chế độ dinh dưỡng cho người đái tháo đường dao động từ 24,5%-38,6%...

- Khả năng tự chăm sóc bàn chân như: tránh tổn thương bàn chân, chọn giày kích cỡ rộng, mềm là (91,87%-98,1%). Khi chân khô thì dùng kem giữa ẩm, gặp chuyên gia chăm sóc chân tư vấn (71,2%-91,8%).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Tạ Văn Bình (2007)**. Những nguyên lý nền tảng bệnh đái tháo đường-tăng glucose máu. Hà Nội: NXB Y học.
2. **American Diabetes Association (2015)**. Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus. Diabetes Care. 38(1): p. S8-S17.
3. **Ngô Thị Bích Phương (2013)**. Tìm hiểu mức độ thiếu hụt kiến thức về bệnh trên các bệnh nhân đái tháo đường điều trị tại khoa Nội tiết -Bệnh viện Bạch Mai năm 2012- 2013 bằng bộ câu hỏi ADKnowl. Đại học Y Hà Nội.
4. **Clare, B. (2015)**, Health beliefs and knowledge of patients and doctors in clinical practice and research. Patient Education and Counseling. 26(1): p. 99-106.
5. **WHO (2013)**. Tuyên bố Tây Thái Bình Dương về bệnh đái tháo đường- kế hoạch hành động giai đoạn 2000-2025. Hà Nội: NXB Y học.
6. **Speight J, Bradley C (2011)**. The ADKnowl: identifying knowledge deficits in diabetes care. Diabetic Medicine. 18(8): p. 626-633.
7. **Đào Thị Dừa, Nguyễn Hải Thùy (2013)**. Đặc điểm bệnh lý bàn chân ĐTĐ nội trú tại bệnh viện trung ương Huế, in Hội Nghị Khoa học toàn quốc lần thứ II. p. 102-105.
8. **Chu Thị Thảo (2019)**. Mô tả kiến thức tự chăm sóc và bảo vệ bàn chân của bệnh nhân ĐTĐ type 2 tại khoa Nội tiết bệnh viện Bạch Mai, in Khoa điều dưỡng. Đại học Thăng Long.
9. **Nguyễn Thị Bích Đào (2020)**. Kiến thức, thái độ hành vi tự chăm sóc bàn chân của người bệnh ĐTĐ Typs 2 khám và điều trị tại bệnh viện Chợ Rẫy. Tạp chí Y học TP Hồ Chí Minh.