



BỆNH VIỆN NGUYỄN TRI PHƯƠNG  
KHOA LÃO

PHIẾU TÓM TẮT  
THÔNG TIN ĐIỀU TRỊ

### BỆNH TĂNG HUYẾT ÁP (THA)

<b>Bệnh THA là gì?</b>	<p>Huyết áp là một trị số “động”, thường tăng giảm theo hoạt động trong ngày, nhưng nó sẽ trở thành bệnh lý nếu ở mức cao trong một thời gian dài.</p> <p>Chẩn đoán khi trị số huyết áp &gt; 140/90 mmHg tại phòng khám/bệnh viện.</p>
<b>Nguyên nhân gây bệnh</b>	<p>95% các trường hợp THA không xác định được nguyên nhân, gọi là THA vô căn (THA nguyên phát)</p> <p>5% có nguyên nhân cụ thể, gọi là THA thứ phát như: Bệnh lý thận-niệu, hẹp eo động mạch chủ, bệnh lý nội tiết, một số loại thuốc...</p>
<b>Những yếu tố nguy cơ của bệnh</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tuổi</li><li>- Tiền sử gia đình có người THA</li><li>- Béo phì, thừa cân</li><li>- Ăn mặn</li><li>- Uống nhiều rượu, bia....</li><li>- Lối sống tĩnh tại</li><li>- Hút thuốc lá, thuốc lào</li><li>- Tiểu đường</li><li>- Rối loạn lipid máu</li><li>- Nhiều stress</li></ul>
<b>Biểu hiện thường gặp của bệnh</b>	<p>Tăng huyết áp được gọi là "kẻ giết người thầm lặng" bởi hầu hết những người bị tăng huyết áp không có dấu hiệu cảnh báo hoặc triệu chứng. Một số biểu hiện gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Đau đầu</li><li>- Choáng váng, hoa mắt, ù tai</li><li>- Đau ngực, khó thở, tim đập nhanh</li><li>- Chảy máu mũi</li><li>- Mắt nhìn mờ</li><li>- Đỏ mặt</li><li>- Buồn nôn, nôn ói...</li></ul>
<b>Biến chứng</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Suy tim</li><li>- Suy thận</li><li>- Đột quy não</li><li>- Nhồi máu cơ tim</li><li>- Phình động mạch</li><li>- Xuất huyết võng mạc....</li></ul>
<b>Các xét nghiệm cần làm</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Đo điện tim 12 chuyển đạo</li><li>- Công thức máu, đường huyết, chức năng gan thận, điện giải đồ, chức năng tuyến giáp, bilan lipid máu, men gan, chức năng tuyến thượng thận, tuyến yên</li><li>- Tổng phân tích nước tiểu, tỉ lệ microalbumin/creatinin niệu</li><li>- Xquang ngực</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siêu âm tim, siêu âm bụng, siêu âm động mạch thận, siêu âm động mạch chủ, đo vận tốc sóng mạch</li> <li>- Chụp võng mạc....</li> </ul>
<b>Hướng điều trị</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- THA thứ phát: điều trị nguyên nhân</li> <li>- THA vô căn: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mục tiêu HA &lt; 140/90 mmHg</li> <li>• Điều trị không dùng thuốc: thay đổi lối sống, chế độ ăn, bỏ thuốc lá, giảm cân, tập thể dục</li> <li>• Điều trị dùng thuốc: Ưu chế men chuyển, chọn thụ thể angiotensin II, chọn kênh canxi, lợi tiểu, chọn thụ thể beta. Tùy theo tình trạng bệnh lý của mỗi người bệnh mà bác sĩ sẽ lựa chọn các nhóm thuốc trên để điều trị tăng huyết áp.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Chế độ theo dõi và phòng ngừa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chế độ ăn lành mạnh: ít béo, nhiều rau củ quả trái cây, hạt và ngũ cốc, ít thịt đỏ</li> <li>- Giảm muối</li> <li>- Tập thể dục: ít nhất 30 phút/ngày</li> <li>- Kiểm soát cân nặng</li> <li>- Hạn chế uống rượu bia</li> <li>- Không hút thuốc lá</li> <li>- Giảm stress</li> </ul>