

Những Xét Nghiệm Cận Thiệt

Tài liệu: Bác sĩ Nguyễn Ý Đức
Tháng 13, Ba, 23 Tháng 6 Năm 2009 23:01

Nhiều người rất quan tâm tới sức khỏe của mình, cho nên mới lên đi khám bệnh là mua bác sĩ chụp hình thừng máu, thừng nước tiểu. Đừng coi xem những thứ có gì tốt, bệnh gì chẳng.

Người ăn thì cũng không ít người coi xét nghiệm là vô ích, “béo ra béo”, khi mà ăn ngon, ngủ yên, vận yêu đời, máy móc phức tạp đều đặn thì nên gì.

Đó là những thái độ thông thường bình thường của đa số chúng. Tuy nhiên điều cần nêu ra là, rất nhiều bệnh xuất hiện đôi khi quá trầm trọng mà không có dấu hiệu báo trước. Cho nên nhiều xét nghiệm truy tìm bệnh đã được các nhà nghiên cứu đưa ra, ngộ họ có thể sớm chẩn đoán và nhờ đó việc điều trị, điều trị sớm hiệu quả hơn.

Các xét nghiệm có tính cách sàng lọc như vậy được áp dụng tùy theo độ tuổi trung niên hoặc cao niên. Vì một số bệnh thông thường ở độ tuổi này mà không có họ có độ tuổi kia. Do đó, cần theo dõi và bác sĩ điều trị cần những xét nghiệm thích hợp.

1- Sau đây là một số xét nghiệm cận thiết độ tuổi người trên 65 tuổi

a- Cholesterol trong máu

Đây là những xét nghiệm đo số lượng chất béo cholesterol, chất béo “xấu” LDL và chất béo “tốt” HDL trong máu. Mục tiêu lý tưởng là: Cholesterol dưới 200mg/dL; LDL dưới 100mg/dL; HDL trên 60mg/dL; Triglycerides dưới 150mg/dL.

HDL càng cao càng tốt. Ba loại kia nếu thấp hơn mức trung bình thì an toàn, vì quá cao, chúng là rủi ro của bệnh tim mạch cũng như một số rủi ro khác.

Thử nghiệm cận làm theo đơn kê tùy tình trạng cụ thể.

b- Đo đường huyết

Đo đường glucose trong máu cho biết có rủi ro mắc bệnh tiểu đường hoặc là đang bệnh này. Đây là loại bệnh đang có chi phí hàng triệu gia tăng tỉ mỉ quốc gia với nhiều bệnh nặng trọng như mất thị lực, suy tim, thận, thận thông thường kinh nguyệt v.v. Mục tiêu đường huyết trung bình đo

Những Xét Nghiệm Cận Thi

Tác Giả: Bác sĩ Nguyễn Ý Đức

Thứ Ba, 23 Tháng 6 Năm 2009 23:01

buổi sáng khi đói là từ 70mg/dl-99mg/ dl (3.5-5.5 mmol/L).

Từ 100mg/dl-125mg/ dl (5.6-6.9mmol/ L) là tỉ lệ tiểu đường.

Từ 126mg/dl (7mmol/L) trở lên trong 2 lần thử liên tiếp là bệnh tiểu đường.

Xét nghiệm cận thị thực hiện khi đang có bệnh cao huyết áp, đang đi u trở hoặc có thân nhân bệnh tiểu đường. Người có triệu chứng có thể 20% cao hơn mức trung bình cũng cần đo đường huyết, vì mức là rủi ro chính của bệnh tiểu đường.

c- Đo huyết áp

Huyết áp là sức ép của máu vào thành động mạch khi tim co bóp, đẩy máu vào huyết quản nuôi cơ thể. Huyết áp trung bình là 120/80 mmHg.

Từ 120-139/ 80-90mmHg là tỉ lệ cao huyết áp.

Trên 140/90 mmHg là bệnh cao huyết áp.

Huyết áp cao có thể là chứng của bệnh tim mạch, bệnh tiểu đường hoặc mất ngủ và ngược lại.

Các nhà y học đều khuyên là nên đo mỗi 2 năm nếu huyết áp dưới 120/80; mỗi năm nếu huyết áp từ 120-139/ 80-90 và đo thường xuyên hơn nếu áp suất cao trên con số này.

Một số bác sĩ cần thử nghiệm đo huyết áp nhiều lần hơn. Do đó, nên thảo luận với bác sĩ.

d- Đo dày xương (Bone densitometry)

Cột sống của xương có thể ví như một miếng xi măng-cốt sắt. Xương vững chắc là nhờ có muối calci carbonate và calci phosphate lấp kín khoảng trống của hệ thống mô liên kết, cái số chính của xương. Calci do thực phẩm cung cấp.

Những Xét Nghiệm Cận Thi

Tác Giả: Bác sĩ Nguyễn Ý Đức
Thứ Ba, 23 Tháng 6 Năm 2009 23:01

Chụp hình X-quang xương có thể đo số lượng calci trong xương. Đây là một xét nghiệm khá mới mẻ và chính xác để coi có bệnh loãng xương hay không. Trước khi có xét nghiệm này thì nhiều người chỉ biết bệnh sau khi xương đã mềm mai, gãy.

Xét nghiệm được thực hiện từ tuổi 65. Tuy nhiên, nếu có các bệnh rối loạn nội tiết hoặc loãng xương nhẹ nhẹ, gia đình có người bị loãng xương thì nên làm từ tuổi 60.

đ - Nội soi ruột già

Theo thống kê, có tới 90% trường hợp ung thư ruột già xảy ra ở người từ 50 tuổi trở lên. Tuổi trẻ cũng bị ung thư phần ruột này, nhưng tỉ lệ ít hơn.

Nội soi ruột già được thực hiện với một dụng cụ gọi là nội soi, đầu có đèn chiếu sáng, máy chụp hình và nội kiểm tra nội soi theo dõi. Ống đèn được đưa vào hậu môn, qua trực tràng lên ruột già. Chuyên gia quan sát toàn bộ ruột trong camera và có thể tìm thấy những bất thường như loét, các khối polyp. Polyp có thể là tiền thân của ung thư và cần được cắt bỏ ngay. Các nhà chuyên môn khuyên mọi người từ 50 tới 75 tuổi nên làm xét nghiệm này mỗi 10 năm. Nếu có yếu tố bệnh rối loạn miễn dịch, tiểu đường, hút thuốc lá, viêm ruột, đi tiểu rắt, gia đình có thân nhân bị ung thư ruột thì thường xuyên hơn. Từ tuổi 76-85, xét nghiệm trẻ nên ít cần thiết và sau 85 tuổi thì không cần làm nữa.

Một rối loạn của nội soi là ống lồng ruột cao, nhưng đòi hỏi bàn tay chuyên môn kinh nghiệm của bác sĩ thì chuyên này hiếm khi xảy ra.

e- Chụp X-quang vú hoa

Ung thư vú hoa có thể xảy ra ở cả nam lẫn nữ, nhưng nhiều hơn ở “phái yếu”. Nó khởi đầu, ung thư vú hàng đầu, sau ung thư da. May mắn là trong những năm gần đây, bệnh giảm dần, tỉ lệ sống cũng ít hơn công chúng hiểu biết nhiều hơn về bệnh, nên có phòng ngừa tiên sự khám phá cũng như phòng ngừa trước hậu quả. Tuy nhiên đây vẫn là ung thư đáng e ngại ở cả quý bà quý cô vì tác hại của chúng.

Chụp X-quang vú hoa (Mammography) có mục đích phát hiện những thay đổi của vú khi chưa có dấu hiệu bệnh. Xét nghiệm sẽ dùng tia X chiếu vào ngực có khả năng tìm kiếm tra các mô của phần này mà tay khám ngực không hoàn toàn chu đáo được.

Những Xét Nghiệm Cận Thi

Tác Giả: Bác sĩ Nguyễn Ý Đức

Thứ Ba, 23 Tháng 6 Năm 2009 23:01

Các nhà chuyên môn đề nghị chụp hình nhũ hoa mỗi 1 hoặc 2 năm kể từ tuổi 40 trở lên.

g- Siêu âm buồng

Tuổi từ 65 tới 75 nhất là đã có thòi kỳ phì phèo cở trên 100 điếu thuốc lá trong đời người điếu nên làm siêu âm vùng buồng mật lộ n đở coi đởng mớ chớ ớ nời đây có phình ra. Phình mớ chớ có khả năng gây tở vong nờu bở tở chớ “bở” tung, nhở cái lờp xe đờp, đờa tởi xuở tở huyở tở trờ m trờng. Theo Lờc lờng Phòng tránh bởnh Hoa Kỏ (USPSTF), người đởi 65 tuổi ít có rời ro phình mớ chớ này nên siêu âm không có ích lời.

Ngoài ra, bác sĩ gia đình có thể khuyên bởnh nhân trên 65 tuổi khám tai, khám mớ tở hàng năm đở sỏ m phát hiởn cao áp nhần (glaucoma)

Mớ tở vài xét nghiệm mà lờp tuổi trên 65 có thể bở qua gỏ m có:

Thở nghiệm m tở bào cở tở cung (Pap smear)

Xét nghiệm tìm ra các thay đởi cở a tở bào cở tở cung có nguy cở đờa tởi ung thở phởn này. Tuy nhiên nguy cở ung thở cở tở cung ớ phởn trên 65 tuổi có chiởu hỏỏng giỏm và pap smear nhiỏu khi cho kết quả đỏỏng tính giỏ. Do đỏ, Lờc lờng phòng tránh bởnh Hoa Kỏ nói là ích lời cở a xét nghiệm rỏt khiêm nhỏỏng. Nờ lờu nào đờa có ba pap smear âm tính liên tởp trỏỏc 65 tuổi thì sau tuổi này chờng cởn làm pap nờa, vời đời u kiỏn đờ đỏỏc bác sĩ đờng ý.

Thở men nhiỏp tởyỏn (PSA)

PSA viở tở tở cở a Prostate-specific antigen, mớ tở chớ tở đỏm do nhiỏp tởyỏn sỏn xuở tở có tác đờng làm lờng tinh đỏch. Mớ tở lờng rỏt ít chớ tở này chuyỏn vào máu, nhởng quá cao có thể là chớ đờu cở a viêm, nhiỏm trùng, phì đời hoặc ung thở tởyỏn nhiỏp.

Tởi Hoa Kỏ, ung thở nhiỏp tởyỏn là mớ tở trong nhởng ung thở thỏỏng thỏy ớ nam giỏi. Bởnh đờ đỏa trỏm trỏng đời sỏng và đời u trỏ cũng có nhiỏu tác đờng phỏ, cho nên nhiỏu người rỏt e sỏ khi bở bởnh này

Những Xét Nghiệm Cận Thiệt

Tác Giả: Bác sĩ Nguyễn Ý Đức
Thứ Ba, 23 Tháng 6 Năm 2009 23:01

Trong quá khứ, đa số bác sĩ coi mức độ 4.0ng/mL PSA trong máu là bình thường. Nhưng đã có nhiều trường hợp ung thư nhiếp tuyến xảy ra khi PSA thấp hơn 4.0ng/mL. Do đó, ý kiến chung là không có mức độ bình thường hoặc bất bình thường PSA.

Hiện nay đang có nhiều tranh cãi về lợi ích của xét nghiệm PSA. Lý do là thử nghiệm có thể dương hoặc âm sai (false positive or negative). PSA cao có thể chỉ do một ung thư nhỏ chỉ ảnh hưởng đến sinh mệnh mà bệnh nhân đã được điều trị hoặc các phương pháp khác gây ra nhiều hậu quả đáng ngại như nhiễm trùng, bí tiểu tiện, rối loạn cương dương.

Bên cạnh những lợi ích và chi phí để xét nghiệm PSA thường là lợi ích về nam giới từ 40 tới 75 tuổi chưa được chứng minh. Do đó có bác sĩ nói nên thử hàng năm khi từ 50, bác sĩ khác khuyến cáo đàn ông có nguy cơ ung thư nhiếp tuyến nên làm PSA từ tuổi 40 hoặc 50.

Ý kiến chung là tránh khi thử cận giới thích rõ ràng cho bệnh nhân về lợi ích của xét nghiệm. Và USPSTF đã khuyến cáo là nam nhân trên 75 tuổi không cần xét nghiệm PSA, một phần vì độ tuổi này, ung thư nhiếp tuyến diễn tiến rất chậm.

2- Về độ tuổi từ 20-30 nên lưu ý những điều sau đây:

- Cân đo sức nặng cơ thể theo định kỳ để tránh quá ký vì mức phì là rối loạn của bệnh tiểu đường, cao huyết áp.

- Đo áp suất động mạch để sớm phát hiện và điều trị "tên sát nhân thầm lặng" cao huyết áp, thể phình động mạch tại bên não, bệnh tim.

- Xét nghiệm mức độ cholesterol trong máu để tránh quá cao có thể gây tắc nghẽn lưu thông huyết quản, bệnh tim mạch. Điều cần biết khi hút thuốc lá, cao huyết áp, có bệnh tiểu đường và thân nhân có người bị bệnh tim là cần thực hiện xét nghiệm này.

- Về nội khoa, khám phụ khoa, chụp X-quang vú hàng năm cũng như khám tử cung, làm pap smear mỗi 2 hoặc 3 năm để sớm phát hiện ung thư vú và ung thư cổ tử cung, những bệnh khá phổ biến ở giới này.

Những Xét Nghiệm Cần Thiết

Tác Giả: Bác sĩ Nguyễn Ý Đức

Thứ Ba, 23 Tháng 6 Năm 2009 23:01

- Nam giới cũng nên hàng năm tự khám làn da xu hướng tình trạng vì ung thư ngoài hành động đứng trong các bệnh ung thư ở tuổi "bộ phận y sinh học" và bệnh di truyền để dàng, nếu tìm ra sớm.

- Tuổi này cũng hay tìm bệnh, phải nên cho nên cần quan sát da 2, 3 năm một lần để coi xem có dấu hiệu của ung thư da.

Và cũng đừng quên coi lại xem đã chủng ngừa đầy đủ các bệnh truyền nhiễm.

Kết luận

Trong y học, phòng ngừa bệnh có 3 mục đích:

- Áp dụng mọi phương tiện hữu hiệu sớm có để không cho bệnh có cơ hội thành hình. Thí dụ chủng ngừa bệnh truyền nhiễm để giúp cơ thể có khả năng chống lại vi khuẩn, virus;

- Dùng những xét nghiệm để sớm tìm ra bệnh trước khi có dấu hiệu hoặc có thể để kịp thời; và

- Các biện pháp để, chăm sóc để giảm thiểu các hậu quả xảy ra khi bệnh đã xảy ra. Các cách thức phòng ngừa quan khi nói "bệnh tật của mình, trăm triệu đánh trăm triệu thiệt hại". Trong cuộc chiến chống lại bệnh tật, chúng ta đã có nhiều hiệu quả bệnh và nguyên nhân gây bệnh, di truyền cũng như bệnh của bệnh và các phương pháp phòng tránh, sớm khám phá ra bệnh. Những có là "TRI" mà không "HÀNH" để ngăn lại là một thiếu sót.

Cho nên, khoa học đã công nhận các phương pháp để sớm tìm ra bệnh, thì cũng nên để ý, thực hiện.

Mong vậy thay.