

6 ĐIỀU QUAN TRỌNG VỀ VIÊM LOÉT DẠ DÀY AI CŨNG CẦN BIẾT

Viêm loét dạ dày không chỉ gây đau đớn mà còn làm cho bạn yếu đi, không thể ăn uống ngon miệng hay tập trung vào công việc, hoạt động khác trong cuộc sống.

Đau bụng, nôn mửa, buồn nôn, có máu trong phân, khó chịu hoặc đau trong bụng... có thể là những triệu chứng của tình trạng loét dạ dày (hay loét dạ dày tá tràng). Bệnh cần được điều trị càng sớm càng tốt.

Dưới đây là những thông tin vô cùng quan trọng về bệnh loét dạ dày tá tràng mà mọi người cần nắm được để có thể phòng và phát hiện bệnh sớm.

1. Viêm loét dạ dày là bệnh phổ biến hàng đầu trong các bệnh đường tiêu hóa, là tình trạng dạ dày bị "ăn mòn" hoặc gặp những tổn thương ở lớp mô của dạ dày. Niêm mạc dạ dày, niêm mạc hoặc biểu mô dạ dày được xếp lớp với nhiều nếp gấp. Loét xảy ra trong lớp này. Nếu vết loét xuất hiện trong dạ dày hoặc ở phần trên của ruột non dẫn ra của dạ dày thì được gọi là loét dạ dày tá tràng.

2. Loét dạ dày không loại trừ ai. Tuy nhiên nữ giới thường dễ mắc hơn nam giới. Bệnh có thể "tấn công" bạn nếu tìm thấy ở bạn môi trường và điều kiện tiềm năng.

Viêm loét dạ dày là bệnh phổ biến hàng đầu trong các bệnh đường tiêu hóa. Bệnh có thể gây ra biến chứng là ung thư dạ dày. (Ảnh minh họa)

3. Trước đây, chúng ta vẫn cho rằng căng thẳng trong thời gian dài, ăn các thực phẩm "xấu", uống và hút thuốc lá... là những nguyên nhân chính gây ra các vết loét trong dạ dày. Nhưng giờ đây, các nhà khoa học còn cho biết tình trạng loét dạ dày do nhiễm trùng bởi vi khuẩn, cụ thể hơn là *Helicobacter pylori*, gây ra. *Helicobacter Pylori* được cho là gây ra gần 65% các ca loét dạ dày và tá tràng.

Một số thuốc cũng được cho là gây ra viêm loét dạ dày, ví dụ như thuốc aspirin, clopidogrel... loại uống thường xuyên để giúp ngăn ngừa cơn đau tim hoặc đột quỵ, và các loại thuốc viêm khớp. Thuốc kháng viêm (NSAID) cũng được cho là gây ra khoảng 2/5 các ca loét dạ dày. Ung thư dạ dày ở bệnh nhân lớn tuổi cũng có thể do viêm loét dạ dày gây ra.

4. Một số trường hợp bị viêm loét dạ dày không có bất kỳ triệu chứng nào. Nhưng với một số trường hợp khác, người bệnh có thể gặp các triệu chứng và gây ra một số rắc rối nghiêm trọng. Các triệu chứng đó bao gồm: đau bụng ngay dưới lồng ngực, khó tiêu, buồn nôn, chán ăn, nôn mửa, sụt cân, nôn ra máu hoặc chóng mặt, có các triệu chứng của bệnh thiếu máu, chẳng hạn như chóng mặt và sốc do mất máu... Chảy máu trong dạ dày là một tình trạng nghiêm trọng, đặc biệt là ở những bệnh nhân lớn tuổi, vì chúng có thể dẫn đến mất máu và gây tử vong.

5. Loét dạ dày có thể dẫn đến một số biến chứng như:

- Thủng dạ dày: bệnh nhân đột ngột có cơn đau dữ dội như dao đâm, bụng gồng cứng. Trường hợp này cần được phẫu thuật kịp thời nếu không sẽ nguy hiểm cho tính mạng.

- Xuất huyết tiêu hóa: Bệnh nhân có biểu hiện ói ra máu và có máu trong phân hoặc phân đen, hôi.

- Ung thư dạ dày: Ung thư dạ dày chiếm vị trí hàng đầu trong các ung thư đường tiêu hóa và cũng là một trong những biến chứng của các bệnh lý lành tính ở dạ dày mà không được điều trị hoặc điều trị không triệt để.

6. Loét dạ dày hoặc loét dạ dày tá tràng có thể được điều trị bằng thuốc như kháng sinh nhằm làm giảm acid trong cơ thể. Bên cạnh đó, người bệnh cũng cần điều chỉnh các thói quen ăn uống, sinh

hoạt trong cuộc sống để trị bệnh hiệu quả. Người bị loét dạ dày nên ăn chậm, nhai kỹ để bảo vệ dạ dày tránh được những rắc rối như đau, viêm, loét, ung thư... Sau khi ăn, đừng vội vận động ngay, nên ngồi nghỉ ngơi thư giãn khoảng một giờ. Nên chia nhỏ các bữa ăn để không tạo nên sức ép làm việc nặng nề với dạ dày. Có thể ăn 4 - 5 bữa mỗi ngày. Nên ăn nhẹ vào bữa tối.