

DẤU HIỆU NHẬN BIẾT TIỂU ĐƯỜNG: KHÁT NHIỀU...

Người mắc bệnh tiểu đường khó nhận biết mình đã mắc bệnh. Tuy nhiên, có thể dựa vào triệu chứng ban đầu: Uống nước rất nhiều, uống bao nhiêu vẫn khát...

35 - 50% bệnh nhân bị tiểu đường thường bị loét chân lâu lành, dẫn đến bị đoạn chi. Trong ảnh: Một bệnh nhân tại khoa Nội tiết - BV Chợ Rẫy. (Ảnh: H.Cát)

Cách đây khoảng hai tháng, bà Nguyễn Thị Nhen, sinh năm 1946, quê Lai Vung – Đồng Tháp, tình cờ bị bị quệt trứng lười cưa. Vết cưa chỉ trầy nhẹ rướm máu. Tưởng không sao, thế nhưng khi đi khám tại BV Sa Đéc, vết thương của bà Nhen "trở chứng". Nó không lành mà ngày càng bị hoại tử.

Sau đó, bà Nhen được chuyển lên bệnh viện Chợ Rẫy. Tại đây, bà mới được các bác sĩ cho biết bà đã mắc bệnh đái tháo đường. Do vết thương đã bị hoại tử nhiều, các bác sĩ buộc lòng phải cưa chân của bà Nhen để bảo toàn tính mạng cho bà.

Tiểu đường: Môi trường của nhiều bệnh tật

Một trường hợp khác may mắn hơn không bị đoạn chi như bà Nhen là bệnh nhân Lê Thị Sáu, ở Hoà Long, Thuận An - Bình Dương, mắc bệnh đái tháo đường cách đây 5-6 năm ở tuổi 60. Trước khi phát bệnh, bà bắt đầu uống nhiều nước, đi tiểu nhiều lần trong đêm. Sau đó, mắt bị mờ đi nhanh chóng. Theo người nhà của bà Sáu, hàng ngày việc khó nhất là giữ gìn cho chân tay không bị trầy xước.

Tuy nhiên, bệnh tiểu đường tạo điều kiện để nhiều loại bệnh tật khác bùng phát trong cơ thể, mà không biết trước được bệnh gì. Hiện nay, bà Sáu đang điều trị một căn bệnh về não do tiểu đường tại khoa Nội tiết – BV Chợ Rẫy.

Bệnh tiểu đường: Khó phát hiện

"Triệu chứng ban đầu của bệnh tiểu đường: Uống nước rất nhiều, uống bao nhiêu vẫn khát. Người bị bệnh tiểu đường có thể đi tiểu nhiều lần cả ngày và đêm. Ngoài ra, người bệnh ăn nhiều, và thèm đồ ăn ngọt".

Từ hàng ngàn năm trước Công nguyên, bệnh tiểu đường đã được mô tả trong các tài liệu y học cổ đại phương Đông và phương Tây. Hiện nay, số người mắc căn bệnh này đang tăng dần theo thời gian.

"Phần đông, bệnh nhân vô tình phát hiện bị tiểu đường thường do đến bệnh viện vì một bệnh khác. Hoặc người bệnh chỉ biết mình bị bệnh tiểu đường khi có những biến chứng trực tiếp liên quan đến tiểu đường, như: mờ mắt, lao phổi hay viêm phổi, loét chân lâu lành..." BS Tuyết Hoa cho biết.

Cũng theo BS. Tuyết Hoa, triệu chứng ban đầu có thể nhận biết được bệnh tiểu đường: uống nước rất nhiều, uống bao nhiêu vẫn khát. Người bị bệnh tiểu đường có thể đi tiểu nhiều lần cả ngày và đêm. Ngoài ra, người bệnh ăn nhiều, và thèm đồ ăn ngọt.

Điều trị tiểu đường: Ăn uống là quan trọng

BS Tuyết Hoa nhấn mạnh, đối với người bệnh tiểu đường, không chỉ đơn thuần là cho thuốc uống như điều trị bệnh cảm. Điều quan trọng nhất là ăn uống – uống thuốc – tập thể dục phải hài hòa để đường trong máu của bệnh nhân ổn định.

"Bác sĩ phải kết hợp với bệnh nhân tiểu đường trong 3 việc này để các biến chứng của bệnh xuất hiện trễ hơn. Ở Mỹ, biến chứng của người bệnh tiểu đường xuất hiện

Ăn uống - tập thể dục - uống thuốc phải hài hòa để đường trong máu được ổn định giúp bệnh nhân bị bệnh tiểu đường ngăn ngừa được những biến chứng. Ảnh: Khoa Nội tiết - BV Chợ Rẫy.
(Ảnh: H.Cát)

sau khi khởi bệnh 10 năm, trong khi ở Việt Nam, thời gian đó chỉ bằng một nửa," BS Hoa lo ngại.

35- 50% bệnh nhân bị tiểu đường ở Việt Nam bị biến chứng loét lâu lành dẫn đến bị đoạn chi; từ cắt ngón, cắt nửa bàn chân đến cắt giữa cẳng chân hay do hoại tử rộng nên bị cắt đến nửa đùi. Tính riêng BV Chợ Rẫy, trong năm 2002, toàn bộ đoạn chi của bệnh nhân tiểu đường chiếm 38% các trường hợp phải đoạn chi.

Trước đây, mỗi khi bị bệnh tiểu đường, các thầy thuốc và thân nhân bệnh nhân khuyên bệnh nhân phải ăn kiêng tuyệt đối. Thậm chí các loại thức ăn bổ dưỡng như sữa, trứng cũng bị cấm. Tình trạng đói thường xuyên của cơ thể sẽ làm rối loạn các chuyển hoá trong người bệnh và bệnh nhân không đủ thể lực để đề kháng lại bệnh.

BS. Lê Thiện Anh Tuấn, chuyên khoa Nội, Hội Y học TP.HCM nói rằng, nhiều bệnh nhân rất sợ uống sữa vì sợ mập. Nhưng theo ông, mập hay ốm còn tùy theo cơ địa và gien của từng người.

Đối với các bệnh nhân tiểu đường đang điều trị tại bệnh viện, các bác sĩ còn khuyến khích bệnh nhân ăn nhiều. Đặc biệt, tuy hạn chế các loại trái cây nhiều đường như sầu riêng, mít, bệnh nhân vẫn có thể ăn trái cây như cam, bưởi, chuối...Thậm chí có những loại trái cây, người bệnh cũng có thể ăn rộng rãi như người bình thường: ổi, cóc, mận...

BS. Tuyết Mai nhận xét, đa phần người bệnh không thích ăn rau. Một phần, khi có biến chứng do tiểu đường như tiêu chảy, người bệnh cảm thấy khó chịu trong ruột, nên rất kiêng ăn rau. Nhưng trong khẩu phần ăn hàng ngày, đối với người bệnh ăn càng nhiều càng tốt các loại rau cà dưa cải.

Hương Cát