

THỰC TRẠNG TÁO BÓN VÀ KIẾN THỨC DINH DƯỠNG VỀ TÁO BÓN TẠI BỆNH VIỆN LÃO KHOA TRUNG ƯƠNG NĂM 2015

*Trần Thị Hương Trà¹, Đỗ Nam Khánh¹, Nguyễn Thị Thu Liễu¹,
Nguyễn Thị Thanh Hòa², Lưu Thị Khen³*

Táo bón là một hội chứng phổ biến mà ai cũng có thể mắc phải, đặc biệt ở đối tượng người già. Tuy nhiên hiện nay chưa có nhiều nghiên cứu về vấn đề táo bón của người già ở Việt Nam. Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 210 bệnh nhân nội trú ở bệnh viện Lão khoa trung ương từ tháng 9 năm 2015. **Kết quả:** Có 41% bệnh nhân nội trú bị táo bón, khoảng một nửa bệnh nhân không có kiến thức đúng về táo bón. Chỉ 50,5% bệnh nhân cho rằng ăn ít rau xanh và chất xơ là nguyên nhân dẫn đến táo bón. Chỉ có 60,5% bệnh nhân biết triệu chứng của táo bón là phân khô, cứng. Hơn 50% bệnh nhân biết rằng ăn nhiều rau xanh, chất xơ, các thức ăn nhuận tràng, uống nhiều nước là cách phòng táo bón hiệu quả; 60,9% bệnh nhân biết được cần phải thay đổi thói quen dinh dưỡng và thói quen sinh hoạt để điều trị bệnh táo bón.

Từ khóa: *Táo bón, dinh dưỡng, người già, Bệnh viện Lão khoa trung ương.*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Táo bón là một trong các triệu chứng tiêu hóa chung trong cộng đồng do rất nhiều nguyên nhân gây ra [1, 2]. Bệnh nhân bị táo bón lâu ngày bị giảm chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe và mức cao hơn của trầm cảm [3]. Táo bón mãn có ảnh hưởng nhiều đến tình trạng kinh tế-xã hội của bệnh nhân. Táo bón ảnh hưởng đến mọi lứa tuổi. Tỷ lệ táo bón trong quần thể người cao tuổi cao hơn so với quần thể người trẻ. Dịch tễ học táo bón tăng cùng với tuổi, đặc biệt trong nhóm ≥ 60 tuổi. Việt Nam đã chính thức bước vào già hóa dân số từ năm 2011, sớm trước 6 năm so với dự báo từ Tổng điều tra dân số và nhà ở năm 2009. Tuy nhiên, với tình hình dịch vụ chăm sóc sức khỏe người cao tuổi chưa kịp đáp ứng mà táo bón, một rối loạn ức chế chung trong các bệnh nhân cao tuổi ở bệnh viện thường không được chẩn đoán, chữa trị

và có thể dẫn đến tăng tỷ lệ bệnh và kéo dài thời gian nằm viện, ít được nghiên cứu [4]. Do đó, chúng tôi quyết định thực hiện nghiên cứu “Thực trạng táo bón và kiến thức táo bón ở bệnh viện Lão khoa Trung ương năm 2015” với mục tiêu đánh giá tỷ lệ hiện mắc táo bón và kiến thức về táo bón của bệnh nhân tại bệnh viện Lão khoa Trung ương năm 2015.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Đối tượng nghiên cứu:

- Các bệnh nhân nội trú tại bệnh viện Lão khoa Trung ương từ tháng 9 đến tháng 10 năm 2015.
- Tiêu chuẩn lựa chọn: Tất cả bệnh nhân từ 60 tuổi trở lên, có thể nghe nói hoặc đọc tốt.
- Tiêu chuẩn loại trừ: Phiếu không hoàn thành, bệnh nhân không thể giao tiếp, bệnh nhân ngoại trú, không tình

¹ThS. BS – Trường ĐHY Hà Nội

Email: truongtra@gmail.com

²BS – Trường ĐHY Hà Nội

³CN – Trường ĐHY Hà Nội

Ngày nhận bài: 1/5/2017

Ngày phản biện đánh giá: 15/5/2017

Ngày đăng bài: 6/6/2017

nguyện tham gia nghiên cứu; bệnh nhân không hiểu bộ câu hỏi.

2. Phương pháp nghiên cứu

2.1. Thiết kế nghiên cứu: Mô tả cắt ngang

2.2. Nội dung nghiên cứu

- Đặc điểm chung của các bệnh nhân: Tuổi, giới, quê quán, thời gian nằm viện...

- Tỷ lệ mắc táo bón tính theo đặc điểm của các đối tượng nghiên cứu.

- Kiến thức về táo bón: Tần suất đại tiện với táo bón, nguyên nhân của táo bón, triệu chứng chính của táo bón, biến chứng của táo bón, dự phòng ngăn ngừa táo bón; chữa trị táo bón; biện pháp chữa trị táo bón áp dụng đầu tiên.

2.3. Địa điểm và thời gian nghiên cứu

- Địa điểm nghiên cứu: Bệnh viện Lão Khoa Trung ương (5 khoa: Nội tổng hợp, Điều trị theo yêu cầu, Tim mạch, Thần kinh; Nội tiết và chuyển hóa).

- Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 09/2015 đến tháng 10/2015.

2.4. Cỡ mẫu

- Áp dụng công thức ước lượng một tỷ lệ trong quần thể với tỷ lệ hiện mắc táo bón trong quần thể người cao tuổi là $p=16.1\%$ tính được cỡ mẫu là 210 bệnh nhân.

2.5. Phương pháp thu thập số liệu:

- Chọn tất cả các bệnh nhân có thời gian điều trị trên 05 ngày tại 05 khoa của bệnh viện Lão khoa Trung ương trong thời gian nghiên cứu.

2.6. Công cụ thu thập số liệu

- Sử dụng bộ câu hỏi phỏng vấn trực tiếp

3. Xử lý và phân tích số liệu

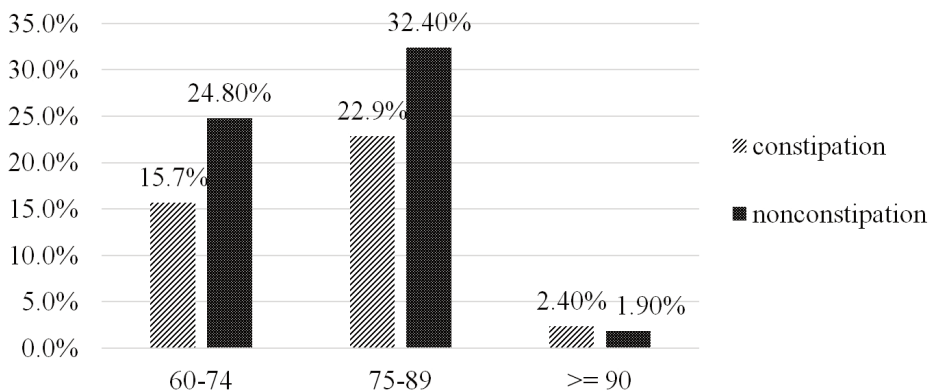
- Phần mềm quản lý, xử lý số liệu: PASW Statistics18. Nghiên cứu cũng sử dụng các thuật toán như: Tính giá trị trung bình, độ lệch chuẩn (SD), giá trị nhỏ nhất (min), giá trị lớn nhất (max). Tính tần số, tỷ lệ phần trăm (%). Test χ^2 để so sánh sự khác nhau giữa các tỷ lệ %.

4. Đạo đức nghiên cứu:

- Nghiên cứu được thực hiện với sự phê duyệt của hội đồng đạo đức Trường Đại học Y Hà Nội. Mọi thông tin của các bệnh nhân được mã hóa và giữ kín. Nghiên cứu này nhằm mục đích khoa học, không vì mục đích nào khác. Nghiên cứu không ảnh hưởng đến sức khỏe tâm lý và thể chất của bệnh nhân. Nghiên cứu đảm bảo trung thực với dữ liệu nghiên cứu, tính toán chính xác.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Thực trạng táo bón



Biểu đồ 1. Tỷ lệ mắc táo bón theo tuổi (%)

Biểu đồ 1 cho thấy: Tỷ lệ táo bón trên tất cả các đối tượng tham gia nghiên cứu là 41%. Nhóm tuổi từ 75 đến 89 có tỷ lệ táo bón cao nhất (22,9 %).

3.2. Kiến thức về bệnh táo bón

Bảng 1. Kiến thức về nguyên nhân gây táo bón

Nguyên nhân	n	%	Nguyên nhân	n	%
Lười vận động, nằm ngồi nhiều	106	50,5	Nóng trong người	57	27,1
Tính chất thức ăn khô, cay nóng	91	43,3	Thuốc điều trị	46	21,9
Thể trạng gầy yếu suy kiệt, ăn ít	80	38,1	Bệnh tật	41	19,5
Ăn ít rau trái cây, chất xơ	80	38,1	Tuổi tác	40	19,0
Uống ít nước	71	33,8	Không biết	51	24,3

Kết quả Bảng 1 cho thấy: Hầu hết các bệnh nhân biết được nguyên nhân gây táo bón như lười vận động, ngồi nhiều, tính chất thức ăn cay nóng, ăn ít rau quả, chất xơ, uống ít nước... 24,3% bệnh nhân không biết nguyên nhân gây táo bón.

Bảng 2. Kiến thức về các triệu chứng của bệnh táo bón (%)

Triệu chứng	n	%	Triệu chứng	n	%
Phân khô, cứng	127	60,5	Đau bụng muốn đi mà không đi được	79	37,6
Gắng sức mới đại tiện được	101	48,1	Cảm giác đi không hết phân	55	26,2
Lâu ngày mới đi 1 lần	93	44,3	Không biết	49	23,3
Mất nhiều thời gian mới đại tiện được	86	41			

Kết quả Bảng 2 cho thấy: Hầu hết các đối tượng nghiên cứu biết triệu chứng của táo bón là phân khô, cứng, gắng sức khi đi đại tiện, lâu ngày mới đi được 1 lần. Có 23,3% bệnh nhân không biết được triệu chứng của táo bón.

Bảng 3. Kiến thức về điều trị bệnh táo bón (%)

Điều trị	n	%
Không cần làm gì cả, chờ tự khỏi	7	3,3
Thay đổi chế độ dinh dưỡng và phong cách sống	146	69,5
Sử dụng thuốc nhuận tràng	101	48,1
Thụt tháo, châm cứu...	43	20,5
Không biết	42	20

Kết quả bảng 3 cho thấy: Hầu hết các bệnh nhân (69,5%) biết rằng cần thay đổi chế độ dinh dưỡng và thói quen sinh hoạt là yếu tố quyết định trong điều trị táo bón. Có 20% bệnh nhân không biết cách điều trị táo bón.

BÀN LUẬN

Táo bón là một hội chứng thường gặp

nhất là ở những người cao tuổi, bệnh do nhiều nguyên nhân gây ra như hạn chế vận động, chế độ ăn ít rau xanh, chất xơ, uống ít nước... Trong nghiên cứu này có tổng số 210 bệnh nhân ở 5 khoa thuộc bệnh viện Lão khoa Trung ương đã tham gia nghiên cứu. Các bệnh nhân phân bố tuổi từ 60 đến 98 tuổi. Nhóm tuổi chính của các bệnh nhân bị táo bón từ 75 đến

89, kết quả này cũng tương tự như nghiên cứu về tình trạng táo bón của Hồ Thị Kim Thanh năm 2014 khi tuổi trung bình của bệnh nhân táo bón là $75 \pm 10,8$ tuổi [4]. Trong số 210 bệnh nhân tham gia nghiên cứu có 52,4% là nữ giới, chỉ có 47,6% là nam giới. Kết quả này khác với nghiên cứu của Phạm Thắng ở cộng đồng năm 2007 khi tỷ lệ nam/ nữ lần lượt là 39% và 61%.

Nghiên cứu này áp dụng theo tiêu chí đánh giá của Rome, cho thấy tỷ lệ người bệnh bị táo bón ở bệnh viện Lão khoa Trung ương năm 2015 là 41%. Kết quả này cao hơn kết quả của các nghiên cứu khác, như nghiên cứu của Diệp Thị Minh Phúc và các đồng nghiệp [5] là 24,5%, nghiên cứu của Phạm Thắng là 16,1% [6]. Ngoài ra, các nghiên cứu của Đào Văn Long 2004, cũng chỉ ra tỷ lệ táo bón của người già từ 28-50% [1], tỷ lệ này cao hơn tỷ lệ chung của cộng đồng dân cư, khi các nghiên cứu khác chỉ ra chỉ có 2-27 dân cư bị táo bón [7, 8]. Tỷ lệ này cũng cao hơn ở các nước trên thế giới như ở Trung Quốc là 18,1% [9], ở Hoa Kỳ là 20% [7]. Sở dĩ nghiên cứu của chúng tôi cho thấy tỷ lệ táo bón cao hơn các nghiên cứu khác là vì nghiên cứu của chúng tôi thực hiện ở viện Lão khoa Trung ương với bệnh nhân cao tuổi, đang điều trị các bệnh tật khác phải sử dụng các loại thuốc và cũng hạn chế đi lại, ăn uống khó khăn nên tỷ lệ mắc táo bón cao hơn những người cao tuổi khác.

Liên quan đến kiến thức của bệnh nhân về táo bón, chúng tôi tính điểm từ 0-35 điểm, được chia làm 5 khoảng điểm, trong đó điểm trung bình là từ $12,3 \pm 9,3$ điểm; khoảng điểm từ 1 đến 10 chiếm cao nhất (39,5%). Tiếp đến là khoảng từ 11 đến 20 điểm với 31,43% và thấp nhất là khoảng điểm 31-35 điểm chỉ chiếm 3,14%. Nhìn chung, các đối tượng tham

gia nghiên cứu có kiến thức chưa thực sự tốt về bệnh táo bón. Có tới 32,4% bệnh nhân không hiểu mối liên hệ giữa số lần đi đại tiện và bệnh táo bón, chỉ 39,5% bệnh nhân hiểu được táo bón là khi đi đại tiện ít hơn 3 lần/tuần.

Hầu hết các bệnh nhân đều hiểu được rằng lười vận động, ngồi nhiều, ăn các thực phẩm cay nóng, ăn ít rau quả, chất xơ, uống nhiều nước là nguyên nhân gây nên táo bón. Kết quả này tương tự như kết quả nghiên cứu của Sethi [3, 10] và Bouras. Tuy nhiên vẫn còn 24,3% bệnh nhân không hiểu được nguyên nhân của táo bón là gì. Các bệnh nhân có kiến thức khá tốt về các triệu chứng của táo bón khi có khoảng hơn 41% bệnh nhân biết được các triệu chứng như gắng sức khi đi đại tiện, vài ngày mới đi đại tiện. Có 60,5% bệnh nhân biết được khi phân khô, cứng là dấu hiệu của táo bón. Vẫn có tới 23,3% bệnh nhân không biết các triệu chứng của táo bón là gì. Đây cũng là một vấn đề đáng lo ngại bởi khi người già không biết rõ về các triệu chứng táo bón sẽ chủ quan không có biện pháp phòng và điều trị sẽ gây ra những gánh nặng về sức khỏe y tế cho bản thân người cao tuổi và xã hội. Do đó chúng ta cần thực hiện những chương trình giáo dục sức khỏe về táo bón đến đông đảo các đối tượng người dân không chỉ tập trung ở các đối tượng người cao tuổi.

IV. KẾT LUẬN

1. Tỷ lệ mắc táo bón ở những người già trong nghiên cứu ở bệnh viện Lão khoa Trung ương năm 2015 khá cao 41%.

2. Các đối tượng tham gia nghiên cứu có kiến thức ở mức trung bình về bệnh táo bón:

- + 50,5% bệnh nhân biết được nguyên nhân của táo bón là ăn ít hoa quả, chất xơ.
- + 60,5% bệnh nhân biết triệu chứng

của táo bón là phân khô, cứng,

+ 69,5% bệnh nhân hiểu được thay đổi thói quen dinh dưỡng và sinh hoạt là yếu tố quan trọng cho dự phòng và điều trị táo bón.

+ Bệnh nhân không có kiến thức về nguyên nhân của táo bón, triệu chứng của táo bón và điều trị dự phòng táo bón lần lượt là 24,3%; 23, 3% và 20,0%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đào Văn Long (2004). *Thực hành lâm sàng tiêu hóa dựa trên vấn đề*. Táo bón. Nhà xuất bản Y học tr. 245-63.
2. Hoàng Trọng Thắng (2006). *Các bệnh tiêu hóa*. Táo bón, Nhà xuất bản Y học, tr. 94-101.
3. Sethi S., Mikami S., Leclair J., et al (2014). *Inpatient burden of constipation in the United States: an analysis of national trends in the United States from 1997 to 2010*. American Journal of Gastroenterology, 109(2): pp 250–256.
4. Hồ Thị Kim Thanh, Nguyễn Thị Lương (2014). *Điều tra tỷ lệ mắc táo bón và một số yếu tố liên quan ở bệnh nhân điều trị nội trú tại Bệnh viện Lão khoa Trung ương*. Tạp chí nghiên cứu Y học, phụ trương 91(5), tr. 73-77.
5. Diệp Thị Minh Phúc, Quách Toàn Thắng (2005). *Điều tra tình hình sức khỏe và chăm sóc y tế cho người cao tuổi ở phường Đức Nghĩa, Phan Thiết*. Tạp chí Y học Thành phố Hồ Chí Minh, số 9, tr 143-146.
6. Phạm Thắng (2007). *Thực trạng bệnh tật của người già qua các nghiên cứu dịch tễ học ở cộng đồng*. Tổng cục Dân số và KHHGD, số 4(73)
7. Johanson JF., Higgins PD (2004). *Epidemiology of constipation in North America: a systematic review*. Am J Gastroenterol, 99(4): pp 750–759.
8. Pemberton JH., Bharucha AE., Locke GR (2013). *American Gastroenterological Association technical review on constipation*. Gastroenterology, 144(1): pp 218–238.
9. Huikuan Chu, et al (2014). *Epidemiology Characteristics of Constipation for General Population, Pediatric Population, and Elderly Population in China*. Gastroenterol Res Pract, 2014: pp 532734.

Summary

KNOWLEDGE OF CONSTIPATION AND PRACTICE ABOUT NUTRITION OF INPATIENT AT THE NATIONAL GERIATRIC HOSPITAL IN 2015.

Constipation is a common syndrome that everyone can get, especially in the elderly. However, there is not much research on the constipation problem of elderly people in Vietnam. Therefore, we conducted a cross-sectional descriptive study on 210 elderly people of National Geriatric Hospital from September, 2015. Research results show that, generally a half of inpatients had low knowledge about constipation. There was only 50.5% subjects knew eating less fruit vegetables, fiber was main cause of constipation. About 60.5% subjects knew hard, dry stool were main symptoms of constipation; Over 50% of subject knew that eating more vegetables, fiber, eating laxative food and eating more water were a good way to prevent constipation. Most of subjects (60.9%) understood changing diet and lifestyle for prevention and treatment of constipation.

Keywords: *Constipation, nutrition, elderly people, National Geriatric Hospital.*

