

**SỰ TUÂN THỦ CHẾ ĐỘ ĂN CỦA
NGƯỜI BỆNH ĐÁI THÁO ĐƯỜNG
TYPE 2 ĐANG ĐIỀU TRỊ NGOẠI TRÚ
TẠI KHOA KHÁM BỆNH, BỆNH VIỆN
QUẬN TÂN PHÚ NĂM 2024**

Nhóm nghiên cứu:

1. Võ Thị Thu Hà
2. Trần Thị Thúy
3. Trần Thị Lài
4. Đặng Thị Hoàng Oanh
5. Cổ Thị Yến Oanh

LÝ DO THỰC HIỆN ĐỀ TÀI

Theo Tổ chức Y tế Thế giới cho thấy tốc độ phát triển của bệnh đái tháo đường (ĐTĐ) đang tăng rất nhanh và sự ảnh hưởng của nó đến sức khỏe và kinh tế xã hội.

Theo thống kê từ Liên đoàn Đái tháo đường Thế giới (IDF) năm 2021 thế giới có 537 triệu người đang mắc bệnh, chiếm khoảng 90% và con số này dự kiến sẽ tăng lên 643 triệu người vào năm 2030 và 783 triệu người vào năm 2045.



LÝ DO THỰC HIỆN ĐỀ TÀI

Việt Nam có khoảng 7 triệu người mắc đái tháo đường. Đáng chú ý, trong đó hơn 55% bệnh nhân đã có biến chứng, và trong đó 34% là biến chứng về tim mạch; 39,5% có biến chứng về mắt và biến chứng về thần kinh; 24% biến chứng về thận.

Bên cạnh các phác đồ điều trị bằng thuốc đặc hiệu, chế độ dinh dưỡng hợp lý ở người bệnh là yếu tố đặc biệt được khuyến khích trong công tác điều trị và dự phòng các biến chứng (mắt, thận, thần kinh và tim mạch) do đái tháo đường.



LÝ DO THỰC HIỆN ĐỀ TÀI (tt)

Sự tuân thủ chế độ ăn hợp lý giúp cho việc điều trị và quản lý bệnh ĐTĐ có hiệu quả tốt hơn.

Tuy nhiên, việc NB ĐTĐ tuân thủ chế độ ăn lại rất khó thực hiện bởi: yêu cầu thực hiện chế độ ăn hợp lý, khoa học, NB thiếu các thông tin cụ thể về chế độ ăn kiêng, cách thức ăn, nhận thức của NB còn hạn chế ảnh hưởng bởi văn hóa, phong tục tập quán đã hình thành nên thói quen ăn uống ...



LÝ DO THỰC HIỆN ĐỀ TÀI (tt)

Hiện nay, tại Bệnh viện chưa có nghiên cứu về mức độ tuân thủ chế độ ăn của NB ĐTĐ type 2.

Vì vậy, Khoa Khám bệnh thực hiện nghiên cứu “Sự tuân thủ chế độ ăn của người bệnh đái tháo đường type 2” đang điều trị ngoại trú Khoa Khám bệnh, Bệnh viện quận Tân Phú năm 2024.



MỤC TIÊU NGHIÊN CỨU

✧ 1. Xác định tỉ lệ tuân thủ chế độ ăn của người bệnh đái tháo đường type 2 điều trị ngoại trú tại Khoa Khám bệnh, bệnh viện quận Tân Phú năm 2024 trước khi được nhân viên y tế tư vấn.

✧ 2. Xác định tỉ lệ tuân thủ chế độ ăn của người bệnh đái tháo đường type 2 điều trị ngoại trú tại Khoa Khám bệnh, bệnh viện quận Tân Phú năm 2024 sau khi được nhân viên y tế tư vấn.

✧ 3. Đánh giá hiệu quả công tác tư vấn trong tuân thủ chế độ ăn của người bệnh đái tháo đường type 2 tại khoa Khám bệnh, bệnh viện

SƠ ĐỒ NGHIÊN CỨU

Bệnh nhân khám tại KKB

Chẩn đoán
ĐTĐ type 2

- Thu thập các số liệu về thông tin NB, tình trạng dinh dưỡng
- Thu thập số liệu về đặc điểm bệnh lý, sự tuân thủ chế độ ăn của NB (lần 1)
- Tư vấn chế độ ăn của NB ĐTĐ type 2

Sau 1 tháng

- Thu thập số liệu về đặc điểm bệnh lý, sự tuân thủ chế độ ăn của NB (lần 2)

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu cắt ngang mô tả

Địa điểm nghiên cứu

Khoa Khám bệnh, Bệnh viện quận Tân Phú

Đối tượng nghiên cứu

Bệnh nhân ĐTĐ type 2 đến khám tại Khoa Khám bệnh, bệnh viện quận Tân Phú



CỖ MẪU

$$n = z_{1-\frac{\alpha}{2}}^2 \times \frac{p(1-p)}{d^2}$$

Trong đó:

- n: số đối tượng cần thu nhập.
 - α : Xác suất sai lầm loại 1 ($\alpha=0,05$).
 - $Z(1-\alpha/2)$: Trị số phân phối chuẩn
 - d: Sai số biên cho phép của ước lượng trong nghiên cứu ($d=0,1$).
 - p: Tỷ lệ BN ĐTĐ type 2 điều trị ngoại trú tuân thủ tốt về chế độ ăn tại Bệnh viện Nhân Dân Gia Định TP.HCM của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh năm 2020 là 32,5%.
- Thay các giá trị vào công thức, ta được cỡ mẫu $n \approx 85$
- Mất dấu 20% \Rightarrow Cỡ mẫu cần là 100 mẫu.



**PHIẾU
THU THẬP
SỐ LIỆU**

A THÔNG TIN CHUNG

**B TÌNH TRẠNG
DINH DƯỠNG**

**C ĐẶC ĐIỂM
BỆNH LÝ**

**D TUÂN THỦ
CHẾ ĐỘ ĂN**

PHẦN A: THÔNG TIN CHUNG

A. THÔNG TIN CHUNG				
A1	Giới tính	1. Nam 2. Nữ	1 2	
A2	Năm sinh		
A3	Ông/bà hiện đang sống với ai?	Một mình Gia đình Khác	1 2 3	
A4	Trình độ học vấn cao nhất của ông/ bà?	Không biết chữ Tiểu học Trung học cơ sở Trung học phổ thông Trên trung học phổ thông	1 2 3 4 5	
A5	Nghề nghiệp hiện tại của ông/bà?	Làm nông Buôn bán Nội trợ Già, hưu trí Nghề khác (thợ may, sửa xe,...)	1 2 3 4 5	

PHẦN B: TÌNH TRẠNG DINH DƯỠNG

B. TÌNH TRẠNG DINH DƯỠNG				
B1	BMI: (cân nặng/chiều cao ²).....	Chiều caocm		
		Cân nặngkg		
B2	WHR: (số đo vòng eo/số đo vòng hông).....	Số đo vòng eocm		
		Số đo vòng hôngcm		



PHẦN C: ĐẶC ĐIỂM BỆNH LÝ

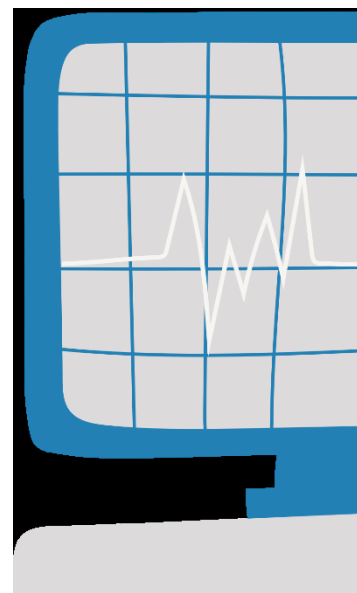
C. ĐẶC ĐIỂM BỆNH LÝ				
C1	Chỉ số đường huyết vừa khámmmol/dL		
C2	Ông/Bà đã mắc bệnh được bao lâu?	Từ 6 tháng đến dưới 1 năm	1	
		Từ 1 đến dưới 5 năm	2	
		Từ 5 năm đến dưới 10 năm	3	
		Từ 10 năm trở lên	4	
C3	Ông/bà có người thân ruột thịt nào trong gia đình mắc ĐTĐ không?	- Có (Cha, Mẹ, Anh, chị, em ruột, Con ruột)	1	
		- Không	2	
C4	Hiện tại ông/bà có đang mắc bệnh gì khác không?	- Có (Tăng huyết áp, Rối loạn lipid máu, Bệnh tim mạch....)	1	
		- Không có	2	

PHẦN D: TUÂN THỦ CHẾ ĐỘ ĂN

D. TUÂN THỦ CHẾ ĐỘ ĂN			
D1	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã tuân theo một kế hoạch ăn uống lành mạnh? Một kế hoạch ăn uống lành mạnh nhìn chung là nhiều rau, trái cây, ngũ cốc nguyên hạt, sữa ít béo, hạn chế mỡ, và nội tạng động vật, thức ăn chế biến sẵn, hạn chế muối và đường	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)	
D2	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn rau và trái cây	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)	
D3	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn thực phẩm có chứa tinh bột với chỉ số đường huyết thấp như: gạo lứt, bắp, khoai lang, các loại đậu, các sản phẩm từ sữa ít béo...?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)	
D4	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn những thực phẩm có nhiều đường, chẳng hạn như: bánh ngọt, bánh quy, món tráng miệng, kẹo...?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)	

D5	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn thực phẩm giàu chất xơ như: ngũ cốc nguyên cám, bánh mì ngũ cốc nguyên hạt, bột yến mạch...?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)		
D6	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà ăn tinh bột (cơm, bún, phở...) đúng bữa và có định lượng ăn mỗi bữa trong 1 ngày?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)		
D7	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn cá hay các thực phẩm khác có nhiều chất béo omega-3 như cá thu, cá ngừ, cá mòi, cá hồi, ngũ cốc, yến mạch, hạt óc chó, hạt bí, hạt chia, đậu nành, cải xói, súp lơ...?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)		
D8	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn những thực phẩm có chứa hoặc được chế biến với dầu đậu nành hoặc dầu đậu phộng, dầu ô liu, dầu hướng dương?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)		
D9	Trong 7 ngày vừa qua, có bao nhiêu ngày Ông/Bà đã ăn thực phẩm giàu chất béo chẳng hạn như các sản phẩm từ sữa nguyên kem, thịt mỡ, thực phẩm chiên hoặc thực phẩm chiên rán...?	0 1 2 3 4 5 6 7 (ngày/tuần)		





KẾT QUẢ



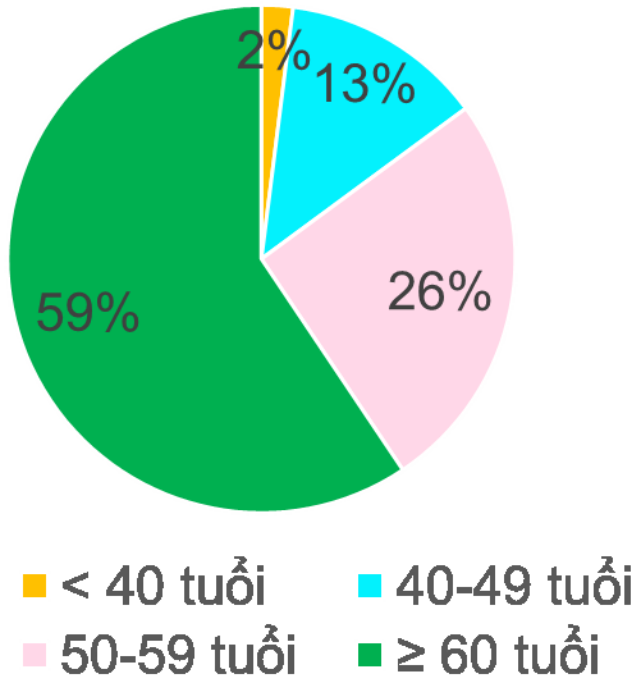
KẾT QUẢ

Nghiên cứu được thực hiện tại Khoa Khám bệnh Bệnh viện quận Tân Phú trong khoảng thời gian từ tháng 01/02/2024 đến 31/07/2024. Số mẫu thu thập được và đưa vào phân tích là 101 NB ĐTĐ phù hợp với tiêu chí chọn mẫu.

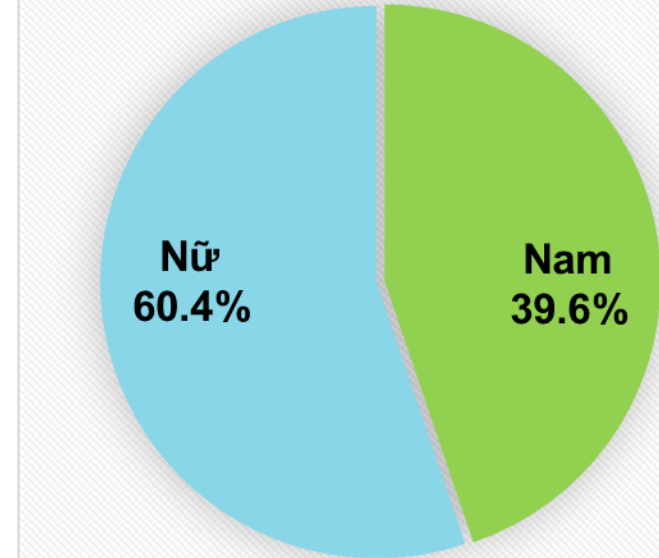


KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

Nhóm tuổi



Giới tính

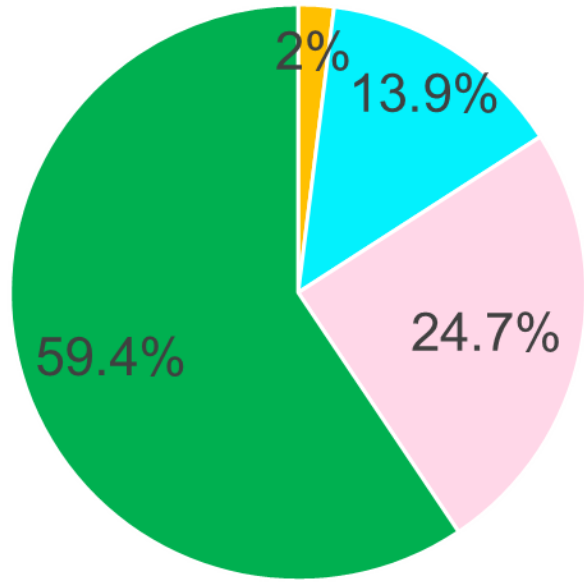


Độ tuổi trung bình: 62 tuổi
(nhỏ nhất: 32 tuổi, lớn nhất: 92 tuổi).
Tương đồng với kết quả nghiên cứu
của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh tại BV
Nhân Dân Gia Định năm 2020

Giới tính nữ mắc ĐTD type 2 nhiều
hơn nam chiếm 60.4%, nam 39.6%.
Tương đồng với kết quả nghiên cứu
của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh tại
BV Nhân Dân Gia Định năm 2020

KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

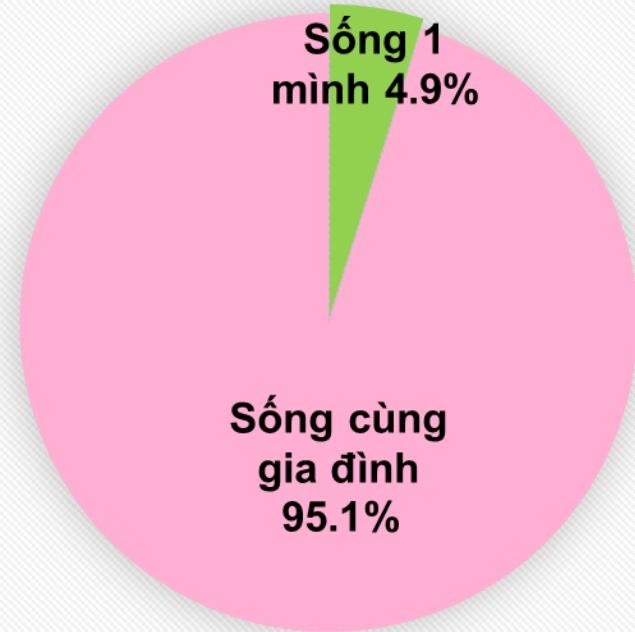
Trình độ học vấn



- Không biết chữ
- Tiểu học
- THCS
- Cấp 3 trở lên

Trình độ học vấn của người tham gia nghiên cứu có trình độ từ cấp 3 trở lên chiếm 59,4% là cao nhất
Tương đồng với kết quả nghiên cứu của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh tại BV Nhân Dân Gia Định năm 2020

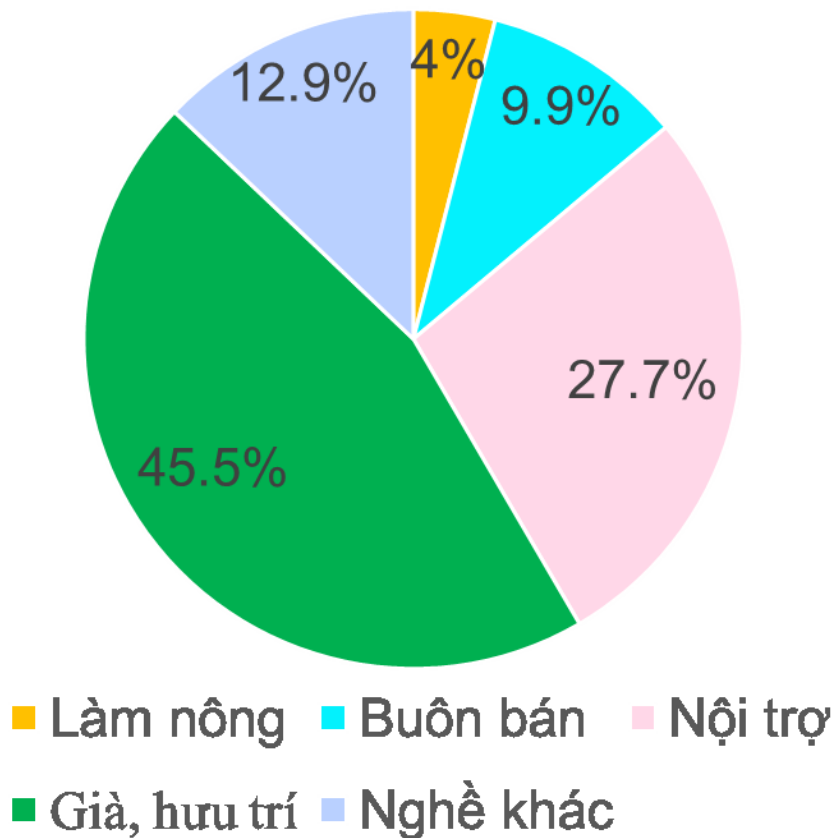
Hoàn cảnh gia đình



Hoàn cảnh gia đình, NB sống chung gia đình chiếm 95,1%, NB sống một mình chiếm 4,9%.
Tương đồng với kết quả nghiên cứu của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh tại BV Nhân Dân Gia Định năm 2020

KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

Nghề nghiệp



Đặc tính nghề nghiệp thu được kết quả tỷ lệ nhóm hưu trí/già cao nhất chiếm 45,5%.

Tương đồng với kết quả nghiên cứu của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh tại BV Nhân Dân Gia Định năm 2020



KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

Đặc điểm tiền sử của người bệnh

Đặc điểm	Tần số	Tỉ lệ
Thời gian mắc bệnh		
< 1 năm	5	5%
1 - < 5 năm	50	49.5%
5 - < 10 năm	40	39.6%
≥ 10 năm	6	5.9%
Tiền căn gia đình		
Có	79	78.2%
Không	22	21.8%
Bệnh lý kèm theo		
Có	94	93.1%
Không	7	6.9%

Thời gian mắc bệnh từ một đến dưới năm năm chiếm tỉ lệ cao nhất 49,5%. Tiền căn gia đình, tỉ lệ NB có người thân ruột thịt đã hoặc đang mắc ĐTD type 2 chiếm 78,2% và 93,7% người bệnh đều có bệnh lý kèm theo. Tương đồng với kết quả của tác giả Bùi Thị Hạ Vy thực hiện tại Quảng Ngãi năm 2017 và kết quả nghiên cứu của tác giả Bùi Thị Nghi Quỳnh tại BV Nhân Dân Gia Định năm 2020.

KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

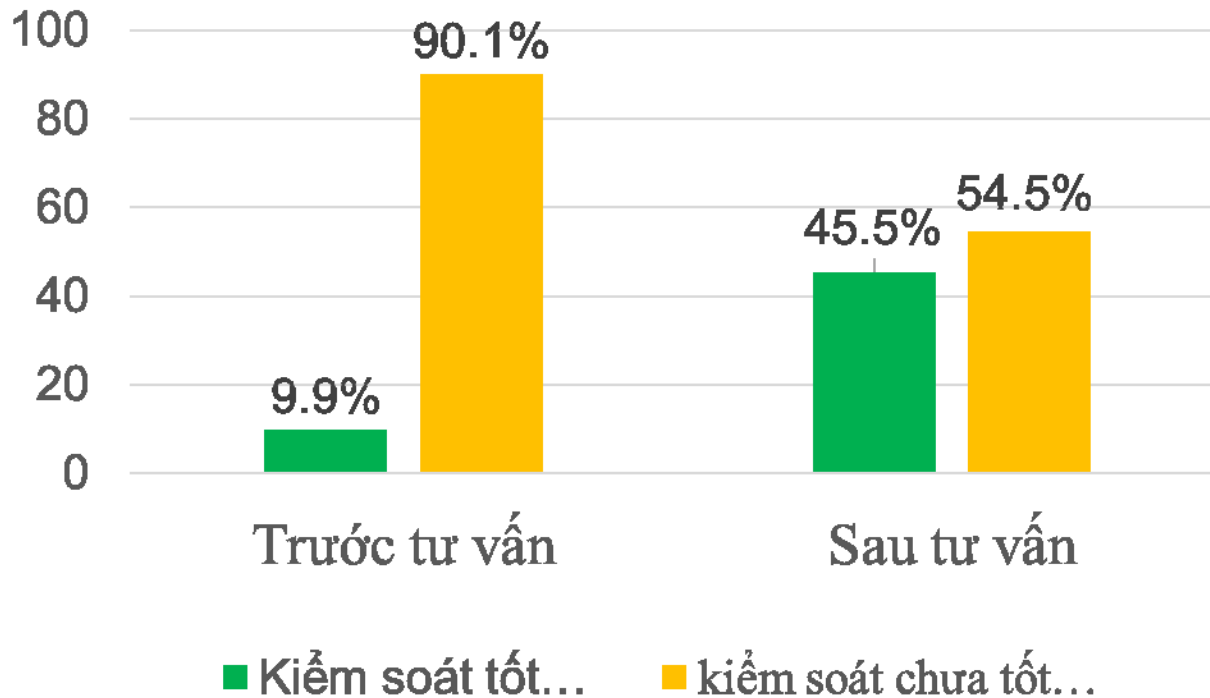
Chỉ số đường huyết trước và sau tư vấn chế độ ăn

Đặc điểm	Trước tư vấn	P	Sau tư vấn	P
Chỉ số đường huyết				
Kiểm soát tốt (≤ 7 mmol/l)	10 (9,9%)	0,51*	46 (45,5%)	0,75*
Chưa kiểm soát tốt (>7mmol/l)	91 (90,1%)		55 (54,5%)	



KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

Chỉ số đường huyết trước và sau tư vấn chế độ ăn

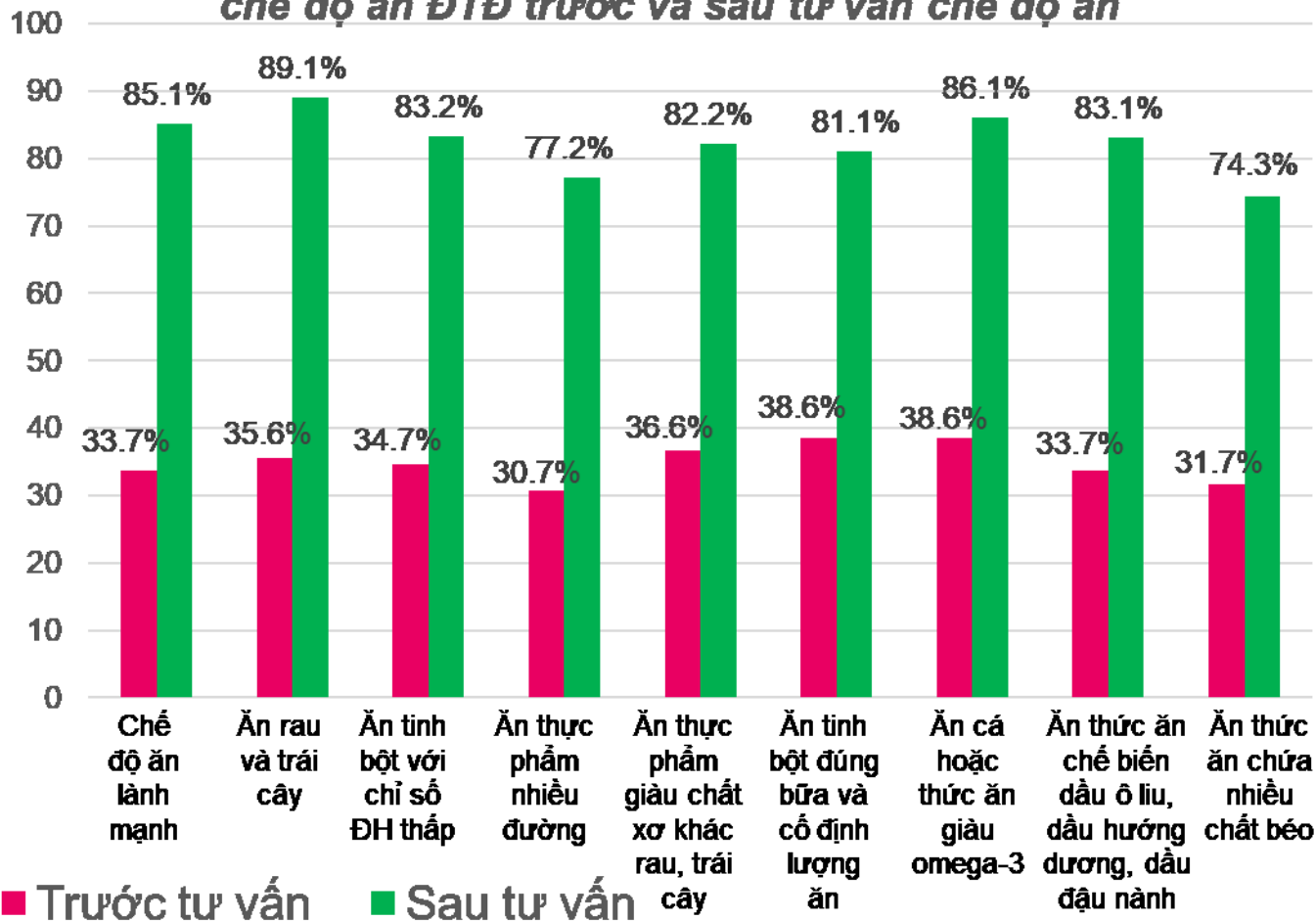


Trước tư vấn, tỉ lệ nhóm NB kiểm soát tốt đạt mức chỉ số đường huyết lúc đói ≤ 7 mmol/L chiếm 9,9%, tỉ lệ này được tăng lên 45,5% sau khi nhóm người bệnh được tư vấn. Tương đồng với kết quả của tác giả Bùi Hồng Phương tại BV Nội tiết Trung Ương năm 2023.



KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

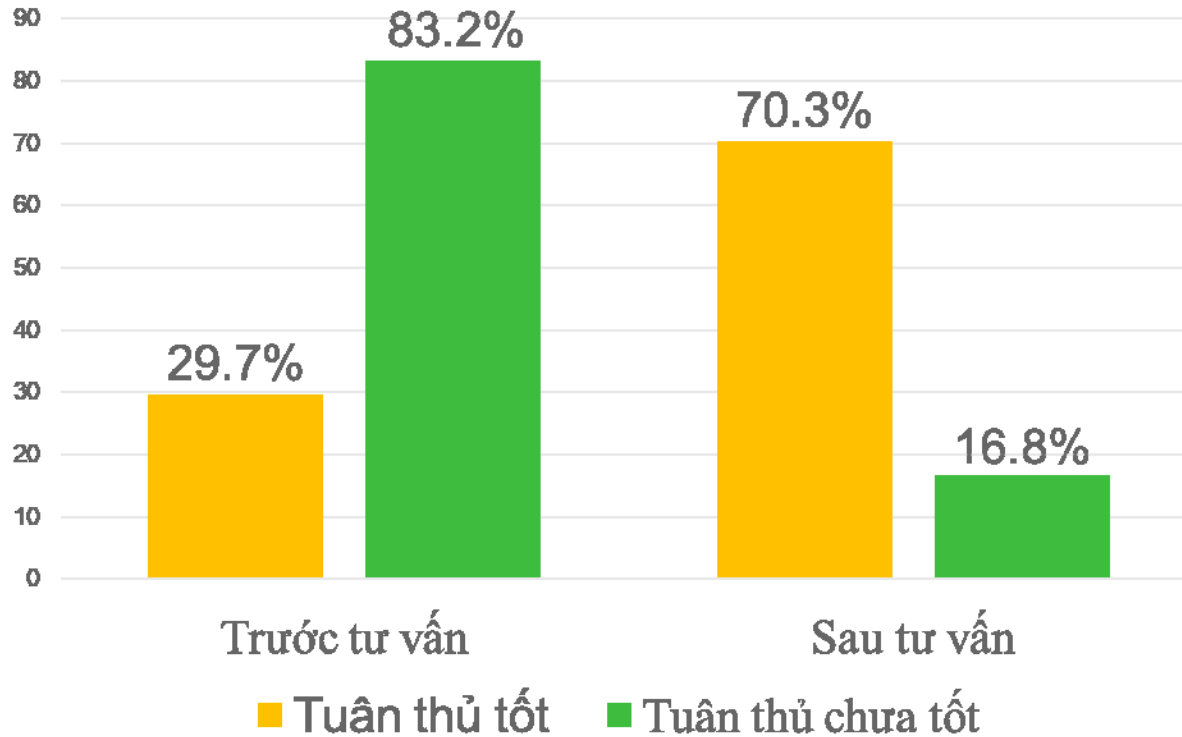
Tỉ lệ tuân thủ từng mục trong bộ câu hỏi Tuân thủ tốt chế độ ăn ĐTĐ trước và sau tư vấn chế độ ăn



Tỉ lệ tuân thủ chế độ ăn của NB ĐTĐ trước và sau tư vấn, có thể thấy một sự thay đổi đáng kể trong hành vi ăn uống của NB. Mặc dù tỉ lệ tuân thủ đã được cải thiện đáng kể ở nhiều mục, vẫn có những mục cần cải thiện hơn nữa, đặc biệt là trong việc giảm tiêu thụ thực phẩm chứa nhiều đường và chất béo. Điều này nhấn mạnh tầm quan trọng của việc tiếp tục tư vấn và hỗ trợ NB trong việc thực hiện chế độ ăn lành mạnh và quản lý bệnh ĐTĐ

KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

Mức độ tuân thủ chế độ ăn ĐTĐ của NB tham gia NC theo bộ câu hỏi tuân thủ chế độ ăn ĐTĐ trước và sau khi tư vấn chế độ ăn



Tỉ lệ tuân thủ chế độ ăn của NB trước tư vấn là 29,7%. Tỉ lệ tuân thủ của NB sau khi được tư vấn tăng lên 83,2%. Điều này cho thấy một sự cải thiện đáng kể trong việc thực hiện tư vấn về chế độ ăn uống cho người bệnh ĐTĐ type 2.



KẾT QUẢ - BÀN LUẬN

HẠN CHẾ

Trong thời gian ngắn thực hiện nghiên cứu, số lượng mẫu chưa cao, hình thức tư vấn giáo dục sức khỏe cho NB ĐTD chưa phong phú liên tục và sâu rộng.

Còn phụ thuộc vào bộ câu hỏi PDAQ của các nghiên cứu trước nên còn hạn chế có sự trùng lặp, mức độ đo lường chưa có độ phân cách rõ ràng.

Do khi khảo sát trên câu trả lời chủ quan của người bệnh nên kết quả nghiên cứu có thể chưa thực sự phản ánh khách quan.

KẾT LUẬN

- Chỉ số đường huyết được cải thiện rõ rệt sau khi tư vấn tỉ lệ NB có mức chỉ số đường huyết lúc đói ≤ 7 mmol/L **tăng từ 9,9% lên 45,5%**.

- Tỉ lệ tuân thủ tốt chế độ ăn **tăng từ 29,7% lên 83,2%** sau một tháng tư vấn.

⇒ Sự gia tăng này cho thấy hiệu quả của tư vấn dinh dưỡng trong việc cải thiện chỉ số đường huyết.

Tuy nhiên, nhóm nghiên cứu của chúng tôi chưa tìm mối liên quan cho hai vấn đề này. Kết quả này cho thấy việc thực hiện các chương trình tư vấn dinh dưỡng cần tiếp tục được triển khai, theo dõi và cải thiện để đảm bảo bệnh nhân duy trì thói quen ăn uống lành mạnh và tự quản lý tốt bệnh ĐTĐ.

KHUYẾN NGHỊ

- Với hiệu quả trên là tiền đề cho công tác tư vấn chế độ ăn bệnh lý ĐTĐ type 2 tiếp tục được thực hiện tại Khoa Khám bệnh, bệnh viện quận Tân Phú hoặc nhân rộng mô hình trên trong bệnh viện.
- Thực hiện câu lạc bộ ĐTĐ các buổi sinh hoạt có chủ đề về dinh dưỡng, nội dung sinh hoạt cần tư vấn thêm việc nhận biết và sử dụng các thực phẩm có GI thấp thay thế một phần cho tinh bột, bổ sung thêm các thực phẩm giàu chất xơ khác rau, trái cây và khuyến khích tăng sử dụng cá cùng các loại dầu tốt.

KHUYẾN NGHỊ

- Thiết kế cẩm nang dinh dưỡng bỏ túi, nội dung có thể là thực đơn, loại thực phẩm nên hay không nên ăn, lượng ăn cho phép để người mới mắc bệnh có thể mang theo bên người và tìm hiểu mọi lúc mọi nơi.
- Với kết quả việc tuân thủ chế độ ăn và thói quen sử dụng các nhóm thực phẩm là số liệu giúp nhóm nghiên cứu thực hiện các sáng kiến về bản thực đơn mẫu cho 1 ngày giúp gợi ý cho NB về nhóm thực phẩm nhằm đảm bảo năng lượng cho NB ĐTĐ type 2 đáp ứng mức nhu cầu cơ bản.

**Cảm ơn hội đồng
đã lắng nghe!!!**