

# ĐÔI ĐIỀU VỀ CHỨNG BỆNH CHÓNG MẶT

(眩暈衛教指引 越南文)

## ◆ Khái quát

Ngày nay cuộc sống thật phức tạp và có quá nhiều sức ép, chính vì thế mà số người mắc các bệnh có liên quan đến hệ thần kinh ngày một tăng cao. Khi đến khám tại bệnh viện, đa số người nói mình bị bệnh chóng mặt là chính. Nếu hỏi han kỹ hơn về những người bệnh này thì có thể thấy trong số họ có rất nhiều bệnh nhân mắc chứng bệnh chóng mặt. Chóng mặt là từ dùng để chỉ các triệu chứng mà người bệnh cảm thấy như các đồ vật xung quanh mình như đang xoay chuyển, hoặc bản thân có cảm giác bồng bênh, khi đi đường thì thường đi lệch sang một bên, đi kèm với nó là cảm giác buồn nôn, nôn mửa, loạn nhịp tim, không dám mở mắt ra nhìn các sự vật xung quanh mình.

## ◆ Chẩn đoán bệnh chóng mặt

Đối với những người bệnh bị chứng chóng mặt, ù tai, nặng tai đến khám thì trước hết phải tiến hành kiểm tra các chức năng cân bằng để tìm ra nguyên nhân gây bệnh rồi kê đơn thuốc chữa trị.

Đối với những bệnh nhân bị chứng chóng mặt, kiến nghị nên đo bác sĩ tai, mũi, họng tiến hành khám về mặt khoa học thần kinh, bao gồm việc chẩn đoán bệnh tai ngoài, tai giữa và các kiểm tra đặc biệt khác như khả năng nghe, thí nghiệm Caloric test ...

Ngoài ra, kết quả của các nội dung kiểm tra khác như kiểm tra sinh hoá máu, kiểm tra tia phóng xạ nội thính đạo, chụp cắt lớp não v.v có thể giúp xác định bệnh một cách chính xác hơn.

## ◆ Nguyên nhân gây nên chứng bệnh chóng mặt

Các nguyên nhân thông thường gây ra chứng bệnh chóng mặt là:

1. Bệnh phù nhọt lymph tai trong (syndrome disease)
2. Các bệnh gây ra chứng thiếu ôxy cho não như bệnh cao huyết áp, thiếu máu, xơ hoá động mạch, nhịp tim không đều, chứng thừa mỡ trong máu, chứng thừa cholesterol trong máu...
3. Viêm thần kinh tiền đình
4. Ung nhọt dây thần kinh nghe
5. Các chứng bệnh tại não như u, xuất huyết, trúng gió, viêm nhiễm, chứng otogenic brain abscess ...
6. Chóng mặt mang tính vị trí cơ thể
7. Chứng viêm tai giữa, như mưng mủ, tích nước...
8. Đau nửa đầu
9. Bệnh động kinh manh nha phát tác
10. Chứng motion sickness (say xe)

Nếu bạn đã hiểu về các nội dung đôi điều về chứng bệnh chóng mặt thì xin mời ký tên:

Nhân bệnh hoặc người nhà ký tên: \_\_\_\_\_ ngày: \_\_\_\_\_



## ◆ CHỮA TRỊ CHỨNG BỆNH CHÓNG MẶT

Sau khi xác định được kết quả chẩn đoán, người bệnh được điều trị bằng thuốc trong 02 tuần, mục đích là để kiểm nghiệm hiệu quả phương pháp điều trị xem có tác dụng không. Nếu như không thấy tác dụng phụ gì hoặc không có hiệu quả gì thì xét đến kết quả chẩn đoán ban đầu có vấn đề hoặc phương thuốc điều trị chưa đúng, khi đó cần phải thay đổi loại thuốc khác. Nếu như sau 2 tuần mà có hiệu quả tốt, thì cứ sau 2 tuần lại đến phòng khám khám theo dõi. Sau khi uống thuốc liền trong 3 tháng, rồi dừng uống trong 3 tháng. Với phương thức điều trị này, tỷ lệ chữa trị thành công lên đến 70%. Trong số 30% trường hợp bệnh nhân còn lại cần phải uống thuốc trên 6 tháng, khi đó căn cứ vào tình trạng bệnh của bệnh nhân để điều chỉnh thời gian uống thuốc tiếp theo ngắn hay dài.

## ◆ Cách phòng chống chứng bệnh chóng mặt

1. Uống thuốc đúng giờ có thể chữa được chứng chóng mặt.
2. Nếu người bệnh bị các chứng bệnh toàn thân khác như cao huyết áp, bệnh đái đường... cũng vẫn phải uống thuốc như thường để điều trị bệnh.
3. Hạn chế ăn các chất mỡ, thức ăn có chứa nhiều cholesterol
4. Hạn chế ăn các chế phẩm từ pho mát, sô cô la.
5. Tránh tình trạng béo phì
6. Không hút thuốc, uống rượu bia
7. Sinh hoạt điều độ, không được thức đêm.
8. Vận động vừa phải.
9. Nghỉ ngơi phù hợp, tránh tình trạng căng thẳng, tránh cẩu gắt, giữ cho tinh thần luôn thoải mái.
10. Nếu cần thiết phải tiến hành các bài tập cho tiền đình.