

Trào ngược dạ dày thực quản K21 là gì? Điều trị như thế nào?

Bệnh trào ngược dạ dày thực quản K21 là một trong những vấn đề phổ biến nhất về hệ tiêu hóa hiện nay, gây không ít phiền toái và ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống hàng ngày của người mắc. Trong bài viết này, chúng ta sẽ đi sâu vào hiểu biết về bệnh này, từ nguyên nhân, dấu hiệu đến các phương pháp điều trị.

Trào ngược dạ dày thực quản K21 là gì?

Chẩn đoán bệnh trào ngược dạ dày thực quản K21 tuân theo hệ thống mã bệnh ICD-10 được quy định tại Việt Nam theo Quyết định 7603/QĐ-BYT do Bộ Y tế ban hành. Bệnh này liên quan đến sự trào ngược của nội dung dạ dày, bao gồm axit dạ dày và thức ăn chưa tiêu hóa, vào thực quản và đôi khi lan đến họng. Bệnh nhân cũng có thể gặp các triệu chứng như trào ngược axit, ợ, và cảm giác cháy rát ở vùng ngực trên.

Theo các chuyên gia, bệnh trào ngược dạ dày thực quản (K21) được phân loại thành hai dạng phổ biến:

Trào ngược dạ dày thực quản kèm viêm thực quản (K21.0)

Bệnh này bắt đầu khi nước dịch vị dạ dày bị trào ngược, gây viêm và loét trên bề mặt thực quản. Người bệnh thường phát hiện các triệu chứng như đi ngoài có máu, đau rát ở bụng, buồn nôn, ợ hơi, ợ chua, và cảm giác mệt mỏi. Nếu không phát hiện và điều trị kịp thời, bệnh có thể gây ra những biến chứng nghiêm trọng như chảy máu hoặc thủng thực quản.

Trào ngược dạ dày thực quản không có viêm thực quản (K21.9)

Đây là trường hợp trào ngược dạ dày nhẹ, không gây viêm thực quản. Người bệnh thường gặp các triệu chứng như ợ hơi, ợ chua, tiết nước bọt nhiều hơn bình thường, đau ở bụng âm ỉ và cảm giác trào ngược dạ dày. Bệnh có thể trở nên mãn tính nếu không được điều trị kịp thời, có thể gây ra những biến chứng nguy hiểm.

Xem thêm: [Trào ngược dạ dày là gì?](#) Nguyên nhân, triệu chứng và cách chữa



Nguyên nhân trào ngược dạ dày thực quản K21

Có nhiều nguyên nhân gây bệnh trào ngược dạ dày, và chúng có thể khác nhau tùy theo từng người do ảnh hưởng của cơ địa. Dưới đây là các nguyên nhân chính:

- Thói quen ăn uống không lành mạnh, như ăn quá nhiều vào buổi tối, ăn khi nằm hoặc trước khi đi ngủ, và không tạo điều kiện cho tiêu hóa sau bữa ăn bằng việc vận động.
- Tiêu thụ thường xuyên các loại thực phẩm cay, nóng, có nhiều dầu mỡ, uống bia rượu, và sử dụng các chất kích thích, gây tăng tiết axit trong dạ dày.
- Thói quen thức khuya và tâm lý căng thẳng, áp lực tinh thần.
- Sự thừa cân và béo phì có thể tạo áp lực lên phần ổ bụng, làm cho dạ dày co bóp khó khăn, giảm khả năng tiêu hóa và tăng nguy cơ trào ngược dạ dày thực quản.
- Tác dụng phụ của các loại thuốc kháng sinh và thuốc giảm đau như aspirin, ibuprofen.
- Các vấn đề liên quan đến tiêu hóa như hẹp vị môn dạ dày thực quản, viêm phù nề dạ dày, hoặc ung thư dạ dày cũng có thể là nguyên nhân của bệnh trào ngược dạ dày.

Xem ngay: [Trào ngược dạ dày khi ngủ](#): Nguyên nhân và cách chữa

Trào ngược dạ dày thực quản K21 có nguy hiểm không?

Như đã đề cập, trào ngược dạ dày K21 có thể tiến triển nghiêm trọng, gây ra các biến chứng nếu không được xử lý kịp thời. Dưới đây là một số ảnh hưởng của bệnh mà bạn cần chú ý đặc biệt:

- Gây tắc nghẽn thực quản: Niêm mạc thực quản bị tổn thương kéo dài, có thể dẫn đến sẹo và gây khó khăn trong việc ăn uống.
- Bệnh Barrett thực quản: Nguy cơ mắc bệnh này khi thực quản bị tổn thương có thể lên đến 5-10%.
- Loét thủng thực quản: Đối mặt với khó khăn trong việc ăn uống, và trong các trường hợp nặng có thể gây thủng thực quản, đòi hỏi can thiệp y khoa ngay lập tức.
- Gây viêm đường hô hấp: Dịch vị trào ngược từ dạ dày, đi kèm axit và thức ăn, có thể gây ra các vấn đề về đường hô hấp như viêm phế quản, viêm họng, và các vấn đề khác.
- Gây chảy máu và viêm loét dạ dày: Trào ngược dạ dày K21 kéo dài có thể gây ra xuất huyết. Trong những trường hợp nghiêm trọng, có thể gây ra chảy máu nhiều, tụt huyết áp, và tăng nguy cơ tử vong.
- Tăng nguy cơ ung thư thực quản: Trào ngược thực quản cũng có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh ung thư thực quản, đặc biệt là ở những trường hợp có biến chứng Barrett thực quản.

Ngoài các tác động trên, bệnh trào ngược dạ dày K21 cũng có thể gây ra các triệu chứng như chán ăn, rối loạn giấc ngủ, sâu miệng, và mệt mỏi.

Đọc thêm: [Trào ngược dạ dày khó thở](#): Nguyên nhân, triệu chứng và cách chữa

Cách điều trị trào ngược dạ dày thực quản K21

Việc điều trị trào ngược dạ dày thực quản K21 được điều chỉnh tùy theo mức độ nghiêm trọng của bệnh. Trong trường hợp nặng, có thể cần phẫu thuật để thắt chặt van tâm vị hoặc tái tạo khe hở cơ hoành. Trong khi đó, ở các trường hợp nhẹ, điều trị thường áp dụng thuốc.

Dưới đây là một số loại thuốc thường được sử dụng để điều trị trào ngược dạ dày thực quản K21:

- Thuốc ức chế bơm proton (PPI): Có tác dụng giảm tiết axit dạ dày.
- Thuốc kháng histamine H2: Giảm tiết axit dạ dày.
- Thuốc kháng axit: Trung hòa axit dạ dày.

Cách phòng ngừa trào ngược dạ dày thực quản K21

Để phòng tránh trào ngược dạ dày thực quản K21, quan trọng những điều sau đây:

- Chia nhỏ khẩu phần ăn và ăn từ từ, nhai kỹ.
- Tránh ăn quá no, đặc biệt trước khi đi ngủ.
- Hạn chế đồ ăn cay nóng, đồ có nhiều dầu mỡ, đồ uống có cồn và caffeine.
- Tránh nằm ngay sau khi ăn.
- Tăng cường vận động, thực hiện thường xuyên các bài tập thể dục.
- Nếu bạn có bất kỳ triệu chứng nào của trào ngược dạ dày thực quản, hãy đến gặp bác sĩ để được chẩn đoán và điều trị kịp thời.

Các chuyên gia khuyên rằng bệnh trào ngược dạ dày thực quản K21 có thể hoàn toàn khắc phục nếu được phát hiện sớm và điều trị đúng cách. Vì vậy, việc lắng nghe cơ thể và tìm kiếm điều trị ngay từ khi xuất hiện triệu chứng là rất quan trọng để tránh các biến chứng tiềm ẩn nguy hiểm.

Bài viết liên quan:

- https://dmec.moh.gov.vn/documents/10182/53383695/upload_00000091_1713140993448.pdf
- https://dmec.moh.gov.vn/documents/10182/53416393/upload_00013037_1713258445372.pdf
- https://dichvucong.dav.gov.vn/File/GoToViewTaiLieu?url=Temp\00fada21-0821-4fbb-ae54-9d160988b548\1304324_20240415_073820.pdf
- https://dichvucong.dav.gov.vn/File/GoToViewTaiLieu?url=Temp\645fc764-acad-4cc7-ad11-15a656ac2624\1604224_20240416_163534.pdf
- https://ydct-8dichvucong.moh.gov.vn/File/GoToViewTaiLieu?url=Temp\5067cc5a-7210-4d98-9a4b-6c3724093aea\1304424_20240415_084001.pdf
- <http://mevabe.net/upload/8008/fck/files/1504124.pdf>
- <http://cnc.edu.vn/upload/8008/fck/files/1504224.pdf>
- <http://vinabase.com/upload/8008/fck/files/1504324.pdf>
- <http://phobienphapluatadmin.vietesoft.com/Content/Upload/20240415071827-1304124.pdf>
- <http://phobienphapluatadmin.vietesoft.com/Content/Upload/20240416101818-1504424.pdf>