






Sàng lọc phát hiện sớm tăng huyết áp và đái tháo đường tại tuyến y tế cơ sở

Ts Trần Quốc Bảo – Cục Y tế dự phòng
Ninh Bình, 29/07/2022






Financed by European Union
H2020 Project 825026
SC1-BHC-16-2018
DG Research and Innovation
European Commission



1

1. Mục đích của sàng lọc THA, ĐTĐ

- Sàng lọc :
 - Là quá trình áp dụng các biện pháp, kỹ thuật, nghiệm pháp phù hợp để phát hiện người có nguy cơ cao, người nghi ngờ hoặc người mắc bệnh ở những người nhìn bề ngoài khỏe mạnh, không có triệu chứng trong quần thể,
- Mục đích sàng lọc tăng huyết áp, đái tháo đường:
 - THA, ĐTĐ là bệnh mạn tính, diễn biến âm thầm, kéo dài, không có triệu chứng điển hình, vì thế nhiều người không biết mình mắc bệnh, khi phát hiện thì bệnh đã ở giai đoạn muộn.
 - Sàng lọc phát hiện giúp cho chẩn đoán, điều trị hiệu quả tăng huyết áp đái tháo đường ngay từ giai đoạn sớm của bệnh.
- Sàng lọc chưa phải là chẩn đoán xác định bệnh

2

2. Hình thức

- **Thực hiện sàng lọc thường quy:**
 - Nhân viên y tế thăm hộ gia đình (đo huyết áp, sử dụng phiếu đánh giá nguy cơ/sàng lọc đái tháo đường)
 - Khám kiểm tra sức khỏe định kỳ cho người dân
- **Chiến dịch, chương trình sàng lọc:**
 - Thực hiện tại cộng đồng hoặc tại CSYT theo từng đợt, được tổ chức có kế hoạch và quy mô cụ thể, trong một thời gian ngắn. Thường tập trung vào một nhóm đối tượng nhất định/nguy cơ cao. Đòi hỏi nguồn lực (kinh phí)
- **Sàng lọc cơ hội/lồng ghép:**
 - Người dân đến khám bệnh, sử dụng dịch vụ tại các cơ sở y tế huyện và tại Trạm Y tế xã;
 - Khám, quản lý sức khỏe học sinh, sinh viên tại các CSGD
 - Khám bệnh nghề nghiệp tại các cơ quan, tổ chức
 - Khám quản lý sức khỏe cho người cao tuổi,
 - Sàng lọc cho phụ nữ có thai lồng ghép với khám thai



3

3. Đối tượng sàng lọc

- **Tùy theo nguồn lực** và điều kiện thực tế để lựa chọn đối tượng sàng lọc:
 - Mọi người dân
 - Người từ 40 tuổi trở lên
 - Người có nguy cơ cao
- **Chỉ tiêu quốc gia đến năm 2025:**
 - Ít nhất 50% người trưởng thành trong đó 80% người từ 40 tuổi trở lên được đo huyết áp 1 lần/năm để phát hiện sớm tăng huyết áp;
 - Ít nhất 70% người từ 40 tuổi trở lên được sàng lọc bằng phiếu đánh giá nguy cơ và/hoặc xét nghiệm đường máu 1 lần/năm để phát hiện sớm đái tháo đường;



4

4. Vai trò, nhiệm vụ của TYT xã

- Thực hiện sàng lọc THA, ĐTĐ tại trạm y tế, tại cộng đồng.
- Chỉ đạo, hướng dẫn cộng tác viên, nhân viên y tế thôn/bản sàng lọc THA, ĐTĐ tại cộng đồng, tại hộ gia đình
- Tổ chức các hoạt động truyền thông, cung cấp thông tin, hướng dẫn người dân biết chủ động đi kiểm tra sức khỏe định kỳ, biết tự nhận biết các dấu hiệu sớm, nghi ngờ mắc bệnh để đi khám phát hiện và chẩn đoán điều trị kịp thời.



5

5. Biện pháp/công cụ sàng lọc

- **Biện pháp/kỹ thuật phát hiện**
 - Phát hiện tăng huyết áp: **đo huyết áp**
 - Phát hiện ĐTĐ: **XN đo chỉ số đường máu**


Đối với đái tháo đường: để tiết kiệm nguồn lực nên thông thường sẽ sử dụng phiếu sàng lọc để xác định người nguy cơ mắc ĐTĐ, sau đó tiến hành xét nghiệm cho người có nguy cơ để tầm soát, phát hiện bệnh.
- **Các công cụ sàng lọc:**
 - **Bảng sàng lọc ADA2019** (Hiệp hội ĐTĐ Mỹ): sàng lọc phát hiện người có nguy cơ mắc tiền đái tháo đường và đái tháo đường
 - Bảng sàng lọc của Thái Lan
 - Bảng sàng lọc FINDRISC (Phần Lan)
 - Khác....



6

Giới thiệu sàng lọc bằng
Bảng hỏi sàng lọc người có nguy cơ
mắc tiền đái tháo đường và đái tháo
đường

(Theo Hiệp Hội Đái tháo đường Hoa Kỳ- ADA 2019)
 (Hướng dẫn tại Quyết định số 3087/QĐ-BYT ngày 16/7/ 2020 ban hành tài
 liệu chuyên môn "Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị tiền đái tháo đường")



7

1. Bảng hỏi sàng lọc ADA 2019

Câu hỏi	Thang điểm	Điểm số (0 điểm nếu không biết)
1. Anh/chị bao nhiêu tuổi?	<40 tuổi (0 điểm) 40-49 tuổi (1 điểm) 50-59 tuổi (2 điểm) ≥ 60 tuổi (3 điểm)	
2. Giới tính?	Nữ (0 điểm) Nam (1 điểm)	
3. Nếu là nữ: chị đã bao giờ bị chẩn đoán đái tháo đường thai kỳ chưa?	Không (0 điểm) Có (1 điểm)	
4. Anh/chị có ai trong số bố mẹ đẻ, anh chị em ruột, con đẻ bị mắc ĐTĐ không?	Không (0 điểm) Có (1 điểm)	
5. Số đo huyết áp (...../.....mmHg)	<140/90mmHg (0 điểm) ≥140/90mmHg (1 điểm)	
6. Anh/chị có thường xuyên vận động thể lực không?	Có (0 điểm) Không (1 điểm)	
7. Đo chỉ số khối cơ thể (BMI):kg/m ²	BMI <23 (0 điểm) BMI 23-<25 (1 điểm) BMI ≥25-<30 (2 điểm) BMI ≥ 30 (3 điểm)	
Tổng số điểm từ câu 1-7		
Nếu tổng số điểm ≥ 5 điểm: có nguy cơ cao mắc ĐTĐ tip 2 Cần đi kiểm tra đường huyết để tầm soát phát hiện, chẩn đoán đái tháo đường		

8

2. Đối tượng/mục đích sử dụng bảng hỏi SL

- Đối tượng sàng lọc: Mọi người dân, ưu tiên người từ 40 tuổi trở lên
- Mục đích:
 - Sử dụng bảng hỏi để sàng lọc **xác định những người có nguy cơ cao mắc đái tháo đường tuýp 2**
 - Thực hiện xét nghiệm đường máu cho người nguy cơ cao để tầm soát, phát hiện ca nghi ngờ ĐTĐ, chuyển gửi CSYT để chẩn đoán xác định bệnh.



9

3. Tiến hành sàng lọc

- 1) Hỏi, ghi họ tên, tuổi,
- 2) Ghi giới tính:
- 3) Nếu là nữ: hỏi chị đã bao giờ bị chẩn đoán đái tháo đường thai kỳ chưa?

ĐTĐ thai kỳ là ĐTĐ được chẩn đoán trong 3 tháng giữa hoặc 3 tháng cuối của thai kỳ và không có bằng chứng về ĐTĐ típ 1, ĐTĐ típ 2 trước đó. Nếu phụ nữ có thai 3 tháng đầu được phát hiện tăng glucose huyết thì xếp loại là ĐTĐ chưa được chẩn đoán/chưa được phát hiện hoặc ĐTĐ trước mang thai và dùng tiêu chí chẩn đoán như ở người không có thai.



10

Tiến hành sàng lọc

- 4) Hỏi: Anh/chị có ai trong số bố mẹ đẻ, anh chị em ruột, con đẻ bị mắc đái tháo đường không?

Trả lời “Có”: khi có ít nhất một người đã được chẩn đoán mắc đái tháo đường (trong số bố đẻ, mẹ đẻ, anh/ chị/ em ruột, con đẻ).

- 5) Đo huyết áp (có tài liệu hướng dẫn)

- Hỏi: Anh/chị đã bao giờ được chẩn đoán tăng huyết áp chưa?
- Thực hiện đo HA 2 lần cách nhau 2 phút, lấy giá trị trung bình của hai lần đo.

“Có tăng huyết áp” khi:

- ✓ $HATT \geq 140\text{mmHg}$ và/hoặc $HATTr \geq 90\text{mmHg}$
- ✓ Hoặc đối tượng đã được chẩn đoán tăng huyết áp hoặc đang dùng thuốc điều trị huyết áp



11

Tiến hành sàng lọc

- 6) Hỏi: Anh/chị có thường xuyên vận động thể lực không?

Người có thường xuyên vận động thể lực khi: Vận động thể lực cường độ vừa phải (như lao động chân tay, đi bộ, đạp xe đạp, chơi thể thao, tập thể dục...) ít nhất 30 phút /ngày, ít nhất 5 ngày/tuần).

- 7) Tính chỉ số BMI

- Đo chiều cao và cân nặng (tài liệu hướng dẫn)
- Tính BMI = (cân nặng kg) / (Chiều cao mét)²

VD người cao 1,6m, nặng 55 kg thì $BMI = 55 / (1,6)^2 = 21,5$



12

Tiến hành sàng lọc

Lập danh sách người nghi ngờ tăng huyết áp và có nguy cơ đái tháo đường

- Những người **nghi ngờ** tăng huyết áp: khi có số đo huyết áp $\geq 140/90$ mmHg
(HA tâm thu ≥ 140 và/hoặc HA tâm trương ≥ 90)
- Những người có nguy cơ đái tháo đường: bằng cách tính điểm, nếu tổng số điểm ≥ 5



13

Điền phiếu sàng lọc

PHIẾU SÀNG LỌC NGƯỜI CÓ NGUY CƠ ĐÁI THÁO ĐƯỜNG		
I. THÔNG TIN CÁ NHÂN		
Họ tên: Tuổi: Giới: <input type="checkbox"/> Nam <input type="checkbox"/> Nữ		
Địa chỉ: Số ĐT:		
Hỏi: Anh/chị đã bao giờ được chẩn đoán mắc bệnh đái tháo đường chưa? - Nếu trả lời "có": ngừng hỏi - Nếu trả lời "chưa": chuyển xuống hỏi các câu hỏi sàng lọc ở mục II		
II. CÂU HỎI SÀNG LỌC	THANG ĐIỂM	ĐIỂM SỐ (0 điểm nếu không biết)
1. Anh/chị bao nhiêu tuổi?	<40 tuổi (0 điểm) 40-49 tuổi (1 điểm) 50-59 tuổi (2 điểm) ≥ 60 tuổi (3 điểm)	
2. Giới tính?	Nữ (0 điểm) Nam (1 điểm)	
3. Nếu là nữ: chị đã bao giờ bị chẩn đoán đái tháo đường thai kỳ chưa?	Không (0 điểm) Có (1 điểm)	
4. Anh/chị có ai trong số bố mẹ đẻ, anh chị em ruột, con đẻ bị mắc đái tháo đường không?	Không (0 điểm) Có (1 điểm)	
5. Số đo huyết áp (...../.....mmHg)	<140/90mmHg (0 điểm) $\geq 140/90$ mmHg (1 điểm)	
6. Anh/chị có thường xuyên vận động thể lực không?	Có (0 điểm) Không (1 điểm)	
7. Đo chỉ số khối cơ thể (BMI):kg/m ²	BMI <23 (0 điểm) BMI 23-<25 (1 điểm) BMI ≥ 25 -<30 (2 điểm) BMI ≥ 30 (3 điểm)	
Tổng số điểm từ câu 1-7:		
III. KẾT QUẢ SÀNG LỌC:		
Nếu số đo huyết áp $\geq 140/90$ mmHg:		Nghi ngờ mắc tăng huyết áp <input type="checkbox"/>
Nếu tổng số điểm ≥ 5 điểm:		Có nguy cơ mắc đái tháo đường <input type="checkbox"/>
Lời khuyên, hướng dẫn:		
		Ngày sàng lọc:/...../..... Cán bộ sàng lọc

14

Lập danh sách sàng lọc

Danh sách sàng lọc nguy cơ tăng huyết áp và đái tháo đường											
Thôn; Xã; Huyện; Tỉnh:											
Người thực hiện sàng lọc:; Ngày sàng lọc:/...../.....											
TT	Họ tên	Kết quả sàng lọc								Đánh giá	
		Tuổi	Giới	Nếu là nữ: đã bị chẩn đoán ĐTĐ thai kỳ	Có cha, mẹ, anh, chị, em ruột, con đẻ bị ĐTĐ	Số đo huyết áp	Thường xuyên hoạt động thể lực	Chỉ số BMI	Tổng điểm	Có nguy cơ mắc tăng huyết áp	Có nguy cơ mắc đái tháo đường
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					
					/.....					

Ghi chú: từ cột (3) đến cột (9): dòng trên ghi kết quả sàng lọc, dòng dưới ghi điểm số tương ứng

15

4. Người/đơn vị thực hiện

• CBYT xã:

- Tiến hành sàng lọc tại trạm, tại cộng đồng (cơ hội, lồng ghép, chương trình...)
- Người nguy cơ cao ĐTĐ: XN đường máu MM để tầm soát tiếp
- Người XN đường máu cao: chuyển tuyến trên để chẩn đoán xác định.

Người nghi ngờ THA: hẹn đến CSYT để đo lại, khám chẩn đoán xác định

• Y tế thôn/CTV theo hướng dẫn của CBYT xã

- Tiến hành sàng lọc bằng bộ câu hỏi sàng lọc (tại HGD/cộng đồng)
 - Người nguy cơ cao ĐTĐ: chuyển TYT để XN tầm soát
- Người nghi ngờ THA: chuyển TYT xã để đo/khám chẩn đoán xác định

16

4. Người thực hiện

- Một số lời khuyên, hướng dẫn chung cho đối tượng khi sàng lọc:
 - Khuyến, nhắc đối tượng nên đi kiểm tra huyết áp và xét nghiệm đường máu ít nhất 1 lần/năm để phát hiện sớm THA và ĐTĐ, nhất là người ≥ 40 tuổi
 - Tư vấn thay đổi hành vi, thực hiện lối sống lành mạnh: không hút thuốc, hạn chế uống rượu/bia, tăng cường vận động thể lực, ăn nhiều rau, trái cây, giảm ăn muối...
 - Tư vấn dinh dưỡng cho người thừa cân/béo phì...

