

SỎI TÚI MẬT

<p>Sỏi túi mật là gì?</p>	<p>Sỏi túi mật là những viên rắn giống như sỏi, thường được hình thành từ cholesterol hoặc biliburin, có thể phát triển trong túi mật hoặc ống mật. Những viên rắn này có thể gây đau và các biến chứng khác</p> <p>Thực tế, rất nhiều người bị sỏi túi mật nhưng không có triệu chứng và cũng không biết đến sự hiện diện của chúng trong túi mật.</p>
<p>Nguyên nhân</p>	<p>Sỏi túi mật có thể phát triển do nhiều nguyên nhân, bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hình thành khi có nồng độ cao cholesterol hoặc biliburin trong mật. - Phát triển nếu túi mật không tiết đủ mật. - Xảy ra ở những người mắc bệnh xơ gan, rối loạn máu. - Trong khi mang thai. - Khi giảm cân một cách nhanh chóng.
<p>Biểu hiện thường gặp</p>	<p>Hầu hết sỏi túi mật không gây bất cứ triệu chứng nào và không cần điều trị. Khi sỏi mật gây ra các triệu chứng, chúng có thể bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Đau ở phía giữa hoặc bên phải phần bụng trên - Đau liên quan ở vai bên phải - Đau ngực - Buồn nôn và ói - Các giai đoạn đau cứ lặp đi lặp lại giống nhau - Vàng da (da và mắt có màu vàng) <p>Đau là triệu chứng chính ở hầu hết những người bị sỏi túi mật. cơn đau này ổn định và có thể kéo dài từ khoảng 15 phút đến vài giờ. Các giai đoạn đau có thể nghiêm trọng, thường giảm dần sau một đến ba giờ hoặc lâu hơn.</p> <p>Sỏi túi mật có thể gây viêm túi mật cấp tính, là một tình trạng nghiêm trọng hơn khi túi mật thực sự bị viêm, xảy ra nếu một viên sỏi làm tắc nghẽn ống túi mật, làm tăng áp lực trong túi mật.</p> <p>Sỏi ra khỏi túi mật và chui vào ống mật chủ có thể gây tắc nghẽn hoàn toàn ống dẫn, làm vàng da, nhiễm trùng và viêm tụy. Người bệnh có thể cảm thấy đau ở nhiều chỗ, bao gồm:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phần trên của bụng, ở phía bên phải - Giữa hai bả vai - Dưới vai phải
<p>Những yếu tố nguy cơ của bệnh</p>	<p>Bạn có thể tăng nguy cơ mắc bệnh sỏi túi mật, nếu bạn:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Là phụ nữ - Trên 40 tuổi - Có tiền sử gia đình mắc bệnh sỏi túi mật - Thừa cân béo phì

SỎI TÚI MẬT

- Sút kí nhanh trong một khoảng thời gian ngắn
- Mắc bệnh tiểu đường
- Mắc bệnh Crohn
- Chế độ ăn nhiều chất béo và cholesterol
- Dùng thuốc hạ cholesterol
- Dùng nhiều loại thuốc khác nhau, bao gồm uống thuốc ngừa thai
- Bị các rối loạn máu

Những người thừa cân hoặc có kế hoạch giảm cân bằng ăn kiêng hay phẫu thuật có nguy cơ phát triển sỏi túi mật cao hơn. Nguy cơ mắc bệnh cao hơn do nhiều nguyên nhân.

- Những người thừa cân có thể có chế độ ăn nhiều cholesterol. Trong mật đã có cholesterol, nhưng nếu chế độ ăn của bạn có quá nhiều cholesterol sẽ tăng nguy cơ tích tụ sỏi trong mật, tạo ra sỏi mật cholesterol.

- Giảm cân nhanh chóng cũng làm tăng nguy cơ sỏi túi mật. Túi mật là một phần của quá trình tiêu hóa. Nó dự trữ mật rồi phóng thích mật qua các ống dẫn vào ruột để giúp phân hủy thức ăn. Chế độ ăn kiêng giảm đáng kể lượng calo tiêu thụ có thể làm gan tiết thêm cholesterol vào mật.

- Đôi khi, do túi mật hoạt động không hiệu quả, không thể co bóp mạnh dẫn đến hình thành sỏi mật. Những bệnh nhân sau phẫu thuật nối dạ dày hoặc các phẫu thuật giúp giảm cân có nguy cơ sỏi túi mật. Bởi lý do này tại thời điểm phẫu thuật giảm cân, bác sĩ phẫu thuật có thể cắt bỏ túi mật để dự phòng.

Cận lâm sàng

- Siêu âm
- Chụp cộng hưởng từ mật tụy (MRCP)
- Siêu âm nội soi (EUS)
- Nội soi mật tụy ngược dòng (ERCP)

Biến chứng

Có nhiều biến chứng của bệnh sỏi túi mật, bao gồm:

- Đầy hơi
- Buồn nôn và ói
- Đau bụng
- Đau vai
- Đau lưng
- Đau ngực

Sỏi túi mật không gây tử vong. Tuy nhiên, sỏi túi mật có thể gây ra nhiều biến chứng có thể gây tử vong. Sỏi túi mật có thể gây nhiễm trùng túi mật hoặc ống mật chủ. Tắc nghẽn ống mật chủ gây tích tụ mật trong túi mật và các ống mật, gây đau nghiêm trọng và nhiễm trùng ống mật. Đây là một trường hợp khẩn cấp, cần

SỎI TÚI MẬT

điều trị kịp thời.

Hướng điều trị

Sỏi túi mật không gây triệu chứng thường không cần được điều trị, chúng vẫn ở yên trong túi mật. Hầu hết những người bị sỏi túi mật đều thuộc loại này. Có những loại thuốc có thể làm tan sỏi. Thuốc làm tan sỏi có thể dùng trong nhiều tháng hoặc thậm chí vài năm để loại bỏ sỏi mật.

Tuy nhiên, khi các phương pháp phẫu thuật ít xâm lấn đã tiến bộ thì những loại thuốc này không còn sử dụng nữa.

Nếu sỏi gây ra triệu chứng thì cần được điều trị. Cách điều trị phổ biến nhất của sỏi túi mật là phẫu thuật cắt bỏ túi mật.

- Phẫu thuật nội soi cắt túi mật
- Phẫu thuật mổ hở cắt túi mật
- Phẫu thuật nội soi mật tụy ngược dòng (ERCP)

**Theo dõi và
chăm sóc.**

Nhiều sỏi mật hình thành từ cholesterol. Mặc dù không thể ngăn ngừa sỏi túi mật nhưng bạn có thể hạn chế cholesterol trong khẩu phần ăn, bằng cách:

- Ăn ít thịt
- Ăn thêm cá
- Hạn chế ăn đồ chiên, rán
- Ăn thêm ngũ cốc nguyên hạt
- Chọn các chế phẩm bơ, sữa ít béo
- Ăn thêm rau quả và trái cây tươi
- Tuân thủ lối sống lành mạnh: duy trì cân nặng hợp lý bằng cách tập thể dục và ăn uống cân bằng, có kế hoạch giảm cân phù hợp và kiểm soát mức cholesterol cũng là một phần quan trọng trong việc ngăn ngừa sỏi mật.