

**BỆNH TRÀO NGƯỢC DẠ DÀY THỰC QUẢN (GERD)**

*BS. CKI. Nguyễn Thị Lan Chi biên soạn*

**Bệnh trào ngược dạ dày thực quản là gì?**

Bệnh trào ngược dạ dày thực quản (GERD) là một bệnh tiêu hoá mạn tính, xảy ra khi acid dạ dày hay mật trào lên thực quản

**Những yếu tố nguy cơ của bệnh**

- Tăng cân.
- Thức ăn nhiều mỡ.
- Đồ uống có caffein hoặc có ga.
- Rượu bia, hút thuốc lá.
- Các thuốc làm giảm áp lực cơ thắt thực quản dưới bao gồm: thuốc kháng cholinergic, thuốc kháng histamine, thuốc chống trầm cảm ba vòng, thuốc chẹn kênh calci, progesterone và nhóm thuốc nitrat.

**Biểu hiện thường gặp của bệnh**

- Ợ nóng, ợ trớ có thể kèm theo ợ hơi ợ chua, khó nuốt.
- Buồn nôn, nôn.
- Đắng miệng và hôi miệng.
- Đau tức vùng thượng vị.
- Đau ngực (không liên quan đến tim mạch)
- Ho khan, khàn tiếng

**Biến chứng**

- Viêm thực quản.
- Loét thực quản.
- Hẹp thực quản.
- Barrett thực quản.
- Ung thư thực quản

**Các xét nghiệm cần làm**

- Chẩn đoán lâm sàng.
- Nội soi cho bệnh nhân không đáp ứng với điều trị theo kinh nghiệm
- Xét nghiệm cho những bệnh nhân có các triệu chứng điển hình nhưng nội soi bình thường: đo pH, trở kháng thực quản 24h.

**Hướng điều trị**

- Thuốc trung hòa acid
- Thuốc ngăn chặn acid và làm lạnh thực quản: thuốc kháng thụ thể H<sub>2</sub>, thuốc ức chế bơm proton,
- Alginate.
- Phẫu thuật

**Chế độ theo dõi và  
phòng ngừa**

- Nâng đầu giường.
- Không ăn quá no, tránh ăn tối quá muộn (ăn trước khi ngủ 3 giờ)
- Không sử dụng nhiều đồ uống có ga, chocolate, đồ ăn cay nóng, nhiều dầu mỡ, rượu bia, café.
- Không hút thuốc lá.
- Giảm cân nếu có thừa cân hoặc béo phì.