

**PHIẾU TÓM TẮT THÔNG TIN ĐIỀU TRỊ
HẠ ĐƯỜNG HUYẾT**

1	TRIỆU CHỨNG LÂM SÀNG	Có	Không
	Dấu hiệu thần kinh thực vật: Vã mồ hôi lạnh (thường ở trán và cổ), tim đập nhanh, run tay chân, cảm giác đói cồn cào, lo âu, bồn chồn.		
	Dấu hiệu thiếu máu não: Đau đầu, chóng mặt, nhìn mờ, mệt mỏi, lơ đãng.		
	Trường hợp nặng: Rối loạn ý thức, hành vi bất thường (giống như say rượu), co giật và cuối cùng là hôn mê sâu.		
	Lưu ý: Một số bệnh nhân lâu năm có thể bị "hạ đường huyết không triệu chứng", tức là đi thẳng vào hôn mê mà không có các dấu hiệu cảnh báo như run hay vã mồ hôi.		
2	CẬN LÂM SÀNG		
	Xét nghiệm đường máu mao mạch (Test nhanh): Đây là cách nhanh nhất để xác định tình trạng hạ đường huyết tại giường hoặc tại nhà.		
	Glucose máu tĩnh mạch: Kết quả chính xác nhất để chẩn đoán xác định tại bệnh viện.		
	Xét nghiệm tìm nguyên nhân: Định lượng Insulin, C-peptide (nếu nghi ngờ u tụy nội tiết) hoặc kiểm tra chức năng gan, thận, tuyến thượng thận.		
3	CHẨN ĐOÁN		
	Chẩn đoán xác định dựa trên Tam chứng Whipple : 1. Có các triệu chứng lâm sàng của hạ đường huyết. 2. Nồng độ glucose máu thấp (thường < 3.9 mmol/L). 3. Các triệu chứng biến mất nhanh chóng ngay sau khi nồng độ glucose máu được nâng lên.		
4	PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ		
	Nguyên tắc: Bổ sung đường nhanh nhất có thể.		
	Nếu bệnh nhân tỉnh táo: Áp dụng Quy tắc 15/15 : • Ăn/uống 15g carbohydrate nhanh (ví dụ: 1/2 cốc nước hoa quả, 3 viên đường, hoặc 1 thìa mật ong). • Đợi 15 phút rồi đo lại đường huyết. Nếu vẫn < 3.9 mmol/L, tiếp tục lặp lại thêm 15g đường.		
	Nếu bệnh nhân hôn mê: Tuyệt đối không đổ nước đường vào miệng (tránh sặc vào phổi). • Tiêm tĩnh mạch trực tiếp dung dịch Glucose ưu trương (20% hoặc 30%) cho đến khi bệnh nhân tỉnh. • Sau đó truyền duy trì Glucose 5% hoặc 10% để tránh hạ đường huyết tái phát. • Tiêm Glucagon (nếu có sẵn và không thiết lập được đường truyền tĩnh mạch).		

5	TAI BIẾN, BIẾN CHỨNG		
	Hôn mê hạ đường huyết: Nếu kéo dài có thể gây tổn thương não không hồi phục (chết não).		
	Tim mạch: Gây rối loạn nhịp tim, khởi phát cơn đau thắt ngực hoặc nhồi máu cơ tim (đặc biệt ở người lớn tuổi).		
	Tai nạn: Ngã gây chấn thương, gãy xương hoặc tai nạn giao thông nếu đang lái xe.		
6	HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC, GIÁO DỤC SỨC KHỎE		
	Phòng ngừa: • Luôn mang theo đường, kẹo hoặc bánh ngọt bên mình. • Ăn uống đúng giờ, không bỏ bữa, đặc biệt là sau khi tiêm Insulin hoặc uống thuốc hạ đường huyết. • Kiểm tra đường huyết thường xuyên, nhất là trước và sau khi tập thể dục cường độ cao.		
	Điều chỉnh lối sống: • Hạn chế uống rượu bia, đặc biệt là khi bụng đói. • Trao đổi với bác sĩ để điều chỉnh liều lượng thuốc nếu thường xuyên bị hạ đường huyết về đêm.		
	Sơ cứu: Hướng dẫn người nhà cách nhận biết các dấu hiệu sớm và cách sử dụng các dung dịch đường an toàn khi người bệnh có biểu hiện lơ đãng.		