

LỐI SỐNG ẢNH HƯỞNG ĐẾN TRIỆU CHỨNG VIÊM LOÉT DẠ DÀY Ở SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y HÀ NỘI NĂM 2023

Lê Thị Trà My, Phạm Thị Ngọc Trâm, Trần Thị Thanh Lam
Đặng Thị Ngọc Ánh, Phùng Văn Thái và Lê Xuân Hưng✉

Trường Đại học Y Hà Nội

Nghiên cứu mô tả cắt ngang được thực hiện ở 388 sinh viên thuộc hệ chính quy bậc đại học tại Trường Đại học Y Hà Nội trong thời gian từ tháng 9/2023 - 12/2023 nhằm mô tả thực trạng và phân tích lối sống ảnh hưởng đến triệu chứng viêm loét dạ dày. Kết quả nghiên cứu chỉ ra số lượng sinh viên đã từng khám bệnh dạ dày trong vòng 3 tháng gần đây là 30,9% trong đó có 68,3% sinh viên bị viêm loét dạ dày. Về thực trạng, tỷ lệ thức khuya của sinh viên y rất cao (88,4%), áp lực việc học ở trường (73,1%), áp lực trong cuộc sống với tỷ lệ khá cao (55,7%), nhiều sinh viên có thói quen ăn uống thất thường (62,9%), khoảng hơn một nửa sinh viên trường có tập thể dục thường xuyên (51,5%) và rất ít sinh viên có sử dụng thuốc lá (2,6%). Điều đó dẫn đến các triệu chứng mà sinh viên hay gặp phải nhất trong 3 tháng gần đây là mệt mỏi (37,9%), đau bụng hoặc khó chịu vào ban đêm hay khi đói (34,8%), chướng bụng/đầy hơi (31,4%), ợ hơi/ợ chua (30,4%), bị trào ngược axit (27,3%), đau ở vùng thượng vị (20,1%). Nghiên cứu cũng cho thấy có mối liên quan giữa yếu tố lối sống đến triệu chứng viêm loét dạ dày như thói quen ăn uống thất thường, áp lực trong cuộc sống, thói quen ăn đêm, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

Từ khóa: Viêm loét dạ dày, chế độ ăn uống, thói quen ăn uống, yếu tố lối sống, sinh viên.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Viêm dạ dày là tình trạng viêm niêm mạc dạ dày do các nguyên nhân sau gây ra, bao gồm nhiễm trùng (*Helicobacter pylori*), thuốc (thuốc chống viêm không steroid), rượu, stress và hiện tượng tự miễn dịch (viêm teo dạ dày).¹

Theo nghiên cứu của Sung JJY và các cộng sự (2009), ước tính có khoảng 5% - 8% dân số thế giới mắc bệnh do nhiều nguyên nhân.² Trong đó, tỷ lệ bị bệnh dạ dày ở các nước phát triển khoảng 10% tăng khoảng 0,2% hàng năm.² Sinh viên là nhóm đối tượng trong độ tuổi 18 - 25 tuổi, chiếm 23,8% dân số Việt Nam.³ Tại Việt Nam, những năm gần đây tình trạng người mắc bệnh viêm loét dạ dày (VLDD) đang có xu

hướng trẻ hoá và tăng cao, có tới 26% dân số mắc bệnh VLDD, 70% dân số nước ta có nguy cơ mắc bệnh dạ dày.⁴

Nghiên cứu của Phạm Văn Phú và Ngô Thanh Hằng (2021) chỉ ra rằng sinh viên xa gia đình phải sống độc lập, thời gian dành cho việc nấu ăn bị hạn chế. Chế độ ăn uống không lành mạnh và không cân đối các chất dinh dưỡng với việc thường xuyên bỏ bữa sáng, hay ăn ngoài, ít hoạt động thể thao, thức khuya... là những yếu tố ảnh hưởng đến sự phát triển cả về thể chất, tinh thần và chất lượng học tập của sinh viên.⁵ Sinh viên là đối tượng có nguy cơ cao VLDD do áp lực học hành, thi cử.⁶

Mặc dù, sinh viên y được cho là có đầy đủ kiến thức về chế độ ăn, lối sống lành mạnh hơn so với sinh viên những ngành khác nhưng dường như đây không phải là lợi thế để giúp họ có thể thực hành dinh dưỡng tốt hơn so với các nhóm ngành còn lại.⁷ Bằng chứng chỉ ra rằng

Tác giả liên hệ: Lê Xuân Hưng

Trường Đại học Y Hà Nội

Email: lexuanhung@hmu.edu.vn

Ngày nhận: 26/07/2024

Ngày được chấp nhận: 04/09/2024

hầu hết sinh viên đại học phải đối mặt với tình trạng giảm chất lượng giấc ngủ do thói quen ăn uống không lành mạnh và lịch trình hàng ngày bận rộn.⁸ Và đặc biệt là sinh viên Y thường phải đối mặt với áp lực học tập lớn, thời gian học tập dài và căng thẳng trong việc chuẩn bị cho các kỳ thi và thực hành lâm sàng. Áp lực này có thể dẫn đến căng thẳng tinh thần và thể chất, là một yếu tố nguy cơ cho VLDD.⁹ Bên cạnh đó sinh viên y là những người tương lai sẽ trở thành các chuyên gia y tế. Việc hiểu rõ về tầm quan trọng của lối sống lành mạnh và ảnh hưởng của nó đến sức khỏe sẽ giúp các sinh viên không chỉ chăm sóc tốt cho bản thân mà còn tư vấn và hướng dẫn cho bệnh nhân sau này. Thành phố Hà Nội là trung tâm chính trị, văn hóa, giáo dục, một trong hai trung tâm kinh tế tại Việt Nam, là nơi tập trung nhiều sinh viên trên cả nước.

Hiện tại, các nghiên cứu về thực trạng lối sống ảnh hưởng đến triệu chứng VLDD đã được thực hiện. Tuy nhiên ở Việt Nam, số lượng các nghiên cứu về vấn đề này còn hạn chế, thời điểm các nghiên cứu đã khá lâu và chưa tập trung vào đối tượng sinh viên. Vì những lý do trên, đề tài “Lối sống ảnh hưởng đến triệu chứng viêm loét dạ dày ở sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội năm 2023” được thực hiện với 2 mục tiêu sau: 1) Mô tả thực trạng lối sống ở sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội năm 2023; 2) Phân tích ảnh hưởng của lối sống đến triệu chứng viêm loét dạ dày ở sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội năm 2023.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Đối tượng

Nhóm đối tượng: Nghiên cứu tiến hành trên sinh viên đang học tại Trường Đại học Y Hà Nội.

Tiêu chuẩn lựa chọn: Sinh viên đang theo học hệ đào tạo chính quy tại Trường Đại học Y Hà Nội.

Tiêu chuẩn loại trừ

- + Sinh viên vắng mặt trong thời điểm nghiên cứu.
- + Sinh viên tạm dừng/thôi học.

2. Phương pháp

Thiết kế nghiên cứu: Mô tả cắt ngang.

Cỡ mẫu và chọn mẫu

Cỡ mẫu: Áp dụng công thức tính toán cỡ mẫu cho 1 tỷ lệ:

$$n = Z_{1-\alpha/2}^2 \frac{p(1-p)}{\epsilon^2}$$

Trong đó:

n: cỡ mẫu tối thiểu cần thiết.

$Z_{1-\alpha/2}$: là giá trị từ phân bố chuẩn được tính dựa trên mức ý nghĩa thống kê.

($Z_{1-\alpha/2} = 1,96$; nếu mức ý nghĩa thống kê = 5%).

p: Tỷ lệ mắc viêm loét dạ dày ở dựa vào nghiên cứu của Hoàng Thị Thu Hà, Carina Bengtsson, Đắc Cẩm Phụng và các cộng sự; lấy $p = 0,788$.¹⁰

ϵ : Khoảng sai lệch tương đối, lấy $\epsilon = 0,05$ (5%).

Thay vào công thức tính được cỡ mẫu nghiên cứu là: $n = 257$.

Lấy 5% dự phòng trong trường hợp không trả lời. Cỡ mẫu cuối cùng là 271 sinh viên. Tuy nhiên, thực tế có 388 sinh viên tham gia nghiên cứu này.

Phương pháp chọn mẫu: Chọn mẫu thuận tiện tất cả các sinh viên của 9 ngành tại Trường Đại học Y Hà Nội có đủ tiêu chuẩn lựa chọn trong thời gian thu thập số liệu.

Nội dung/chỉ số nghiên cứu

VLDD là tình trạng tổn thương trên lớp niêm mạc dạ dày hoặc tá tràng. Các triệu chứng chính bao gồm¹¹⁻¹⁴:

- Đau bụng: Thường là đau âm ỉ hoặc cơn đau nặng hơn ở vùng bụng trên hoặc giữa bụng. Đau thường xảy ra khi dạ dày trống hoặc sau bữa ăn.

- Buồn nôn và nôn: Người bệnh có thể cảm thấy buồn nôn, đặc biệt sau khi ăn, và đôi khi nôn ra dịch vị có tính axit.

- Chướng bụng/đầy hơi: Cảm giác căng tức, khó chịu ở vùng bụng trên, đặc biệt sau khi ăn.

-Ợ hơi/ợ chua: Cảm giác nóng rát ở ngực, thường do acid dạ dày trào ngược lên thực quản.

- Xuất huyết tiêu hóa¹⁵: là tình trạng máu từ bất kỳ phần nào của hệ tiêu hóa, từ thực quản đến trực tràng => biểu hiện là nôn ra máu, ỉa phân đen.

Quy trình tiến hành nghiên cứu

Công cụ và kỹ thuật thu thập thông tin:

Form phỏng vấn tự điền tham khảo từ các nghiên cứu trước đó. Trong đó:

Phần 1: Thông tin chung.

Phần 2: Câu hỏi về bệnh dạ dày.

Phần 3: Biểu hiện và mức độ của bệnh (trong 3 tháng gần đây).

Phần 4: Các yếu tố lối sống (trong 3 tháng gần đây).

Phương pháp thu thập số liệu:

Phỏng vấn sinh viên bằng bộ câu hỏi phỏng vấn được thiết kế.

Phần mềm thu thập dữ liệu: Sử dụng phần mềm Redcap.

Phương pháp xử lý số liệu

- Số liệu được làm sạch trước khi đưa vào phân tích. Mã hóa và nhập thông tin vào máy

tính.

- Nhập số liệu trên phần mềm Redcap.

- Kiểm tra lại thông tin ở các bản ghi, xử lý các bản ghi sai thông tin. Nhập kết quả, làm sạch số liệu và các phân tích được thực hiện trên phần mềm Jamovi.

- Kiểm định sự khác biệt: Cho biến định tính bằng Chi-Square test, phân tích hồi quy logistic để phát hiện các mối liên hệ giữa biến độc lập và biến phụ thuộc.

+) *Biến phụ thuộc*: Tỷ lệ 2 trong các triệu chứng VLDD của các sinh viên tham gia nghiên cứu.

+) *Biến độc lập*: Thức khuya, thói quen ăn uống thất thường, bị áp lực bởi việc học ở trường, gặp nhiều áp lực trong cuộc sống, ăn đêm, hút thuốc lá điện tử, tập thể dục.

Thời gian nghiên cứu

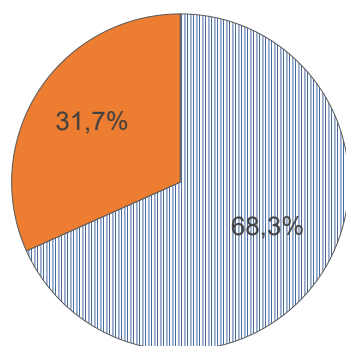
Nghiên cứu diễn ra từ tháng 9/2023 đến tháng 1/2023.

Thời gian thu thập số liệu từ tháng 10/2023 đến tháng 11/2023.

3. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành khi giải thích rõ cho sinh viên về mục đích và ý nghĩa của nghiên cứu, từ đó có sự đồng thuận của đối tượng. Các thông tin chỉ phục vụ cho nghiên cứu và được đảm bảo giữ bí mật.

III. KẾT QUẢ



▒ Viêm loét dạ dày ■ Bình thường

Biểu đồ 1. Tỷ lệ kết quả của sinh viên đã đi khám dạ dày

Thông tin chung của sinh viên cho thấy: Nghiên cứu được thực hiện trên 388 sinh viên trong đó có: 239 nữ (61,6%) và 149 nam (38,4%). Tỷ lệ sinh viên tham gia nghiên cứu nhiều nhất là khối Y1 (30,4%) và ít nhất là Y6 (5,7%). Số lượng sinh viên đã từng đi khám về bệnh dạ dày là 30,9%

và trong đó có 68,3% sinh viên bị VLDD và có tới 26,7% sinh viên nhiễm HP. Số liệu phân bố không đều ở các ngành học: cao nhất là ngành Đa khoa (31,7%) và thấp nhất là ngành Y học cổ truyền (2,1%). Đối tượng nghiên cứu sinh sống chủ yếu là ở trọ cùng bạn bè (41,5%).

Bảng 1. Đặc điểm về lối sống của các đối tượng

		Nam	Nữ	Tần số	Tỷ lệ (%)	Giá trị p*
Thức khuya	Có	126	217	343	88,4	< 0,001*
	Không	23	22	45	11,6	
Thói quen ăn uống thất thường	Có	75	169	244	62,9	< 0,001*
	Không	74	70	144	37,1	
Áp lực bởi việc học ở trường	Có	102	178	280	73,1	< 0,001*
	Không	47	56	103	26,9	
Áp lực trong cuộc sống	Có	81	135	216	55,7	0,025*
	Không	68	104	172	44,3	
Hút thuốc lá	Có	3	7	10	2,6	<0,001*
	Không	146	232	378	97,4	
Ăn đêm	Có	47	79	126	32,5	< 0,001*
	Không	102	160	262	67,5	
Tập thể dục	Có	93	107	200	51,5	0,542
	Không	56	132	188	48,5	

* $p < 0,05$; Test Chi-square

Dựa trên kết quả (Bảng 1) có thể nhận thấy rằng sinh viên có tỷ lệ thức khuya rất cao (88,4%), còn nhiều sinh viên có thói quen ăn uống thất thường (62,9%). Có khoảng hơn một nửa sinh viên tập thể dục thường xuyên (51,5%). Đặc biệt

có rất ít sinh viên có sử dụng thuốc lá (2,6%). Các hành vi lối sống như thức khuya, thói quen ăn uống thất thường, áp lực học tập, hút thuốc lá, ăn đêm có sự khác biệt giữa nam và nữ và tỷ lệ này có ý nghĩa thống kê ($p < 0,001$).

Bảng 2. Đặc điểm các triệu chứng viêm loét dạ dày của sinh viên

Triệu chứng		Nam	Nữ	Tổng	Tỷ lệ (%)
Xuất huyết tiêu hóa	Có	3	2	5	1,3
	Không	146	237	383	98,7
Mệt mỏi	Có	54	93	147	37,9
	Không	95	146	241	62,1

Triệu chứng		Nam	Nữ	Tổng	Tỷ lệ (%)
Đau ở vùng thượng vị	Có	23	55	78	20,1
	Không	126	184	310	79,9
Bị trào ngược axit	Có	38	68	106	27,3
	Không	111	171	282	72,7
Đau bụng hoặc khó chịu vào ban đêm hoặc khi đói	Có	38	97	135	34,8
	Không	111	142	253	65,2
Ợ hơi/chua	Có	40	78	118	30,4
	Không	109	161	270	69,9
Chướng bụng/đầy hơi	Có	28	94	122	31,4
	Không	121	145	266	68,6
Nôn mửa	Có	7	20	27	7,0
	Không	142	219	361	93,0

Bảng 2 cho thấy các triệu chứng mà sinh viên hay gặp phải, trong đó nhiều nhất là sinh viên cảm thấy mệt mỏi (37,9%), sau đó đau bụng hoặc khó chịu vào ban đêm /khi đói (34,8%), chướng bụng/đầy hơi (31,4%), ợ hơi/ợ chua

(30,4%), bị trào ngược axit (27,3%), đau ở vùng thượng vị (20,1%). Một điều tích cực rằng có ít sinh viên có những triệu chứng nặng của bệnh như nôn mửa (7,0%) và ít nhất là xuất huyết tiêu hóa (1,3%).

Bảng 3. Mối liên quan giữa yếu tố lối sống đến triệu chứng viêm loét dạ dày của sinh viên

Yếu tố		Có 2 trong các triệu chứng		OR (95%CI)	Giá trị p*
		Có, n = 182 (46,9%)	Không, n = 206 (53,1%)		
Thức khuya	Có	167 (43%)	176 (45,4%)	0,95 (0,45 - 2,02)	0,893
	Không	15 (3,9%)	30 (7,7%)		
Thói quen ăn uống thất thường	Có	137 (35,3%)	107 (27,6%)	2,01 (1,2 - 3,35)	0,008*
	Không	45 (11,6%)	99 (25,5%)		
Bị áp lực bởi việc học ở trường	Có	149 (38,9%)	131 (34,2%)	1,41 (0,82 - 2,43)	0,22
	Không	33 (8,6%)	70 (18,3%)		
Gặp nhiều áp lực trong cuộc sống	Có	127 (32,7%)	89 (22,9%)	2,25 (1,4 - 3,65)	< 0,001*
	Không	55 (14,2%)	117 (30,2%)		
Ăn đêm	Có	75 (19,3%)	51 (13,1%)	1,68 (1,04 - 2,72)	0,033*
	Không	107 (27,6%)	155 (39,9%)		

Yếu tố	Có 2 trong các triệu chứng		OR (95%CI)	Giá trị p*
	Có, n = 182 (46,9%)	Không, n = 206 (53,1%)		
Hút thuốc lá điện tử	Có	4 (1,0%)	0,34	0,111
	Không	178 (45,9%)	(0,09 - 1,28)	
Tập thể dục	Có	92 (23,7%)	1,14	0,563
	Không	90 (23,2%)	(0,73 - 1,78)	

* $p < 0,05$; Phân tích hồi quy logistic

Bảng 3 cho thấy mối liên quan giữa yếu tố lối sống đến triệu chứng VLDD: các thói quen ăn uống thất thường từ triệu chứng trên (Bảng 2) tăng gấp 2,01 lần (OR = 2,01; 95%CI: 1,2 - 3,35), sinh viên gặp nhiều áp lực trong cuộc sống cao hơn gấp 2,25 lần (OR = 2,25; 95%CI: 1,4 - 3,65), cuối cùng là sinh viên có thói quen ăn đêm tăng gấp 1,68 lần (OR = 1,68; 95%CI: 1,04 - 2,72). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê $p < 0,05$ và không tìm thấy được mối liên quan giữa các thói quen thức khuya, hút thuốc lá điện tử, tập thể dục và cuối cùng là áp lực từ việc học ở trường đến các triệu chứng bệnh viêm loét dạ dày ở sinh viên.

IV. BÀN LUẬN

Nghiên cứu có mục đích nhằm mô tả thực trạng chế độ và các yếu tố liên quan về viêm loét dạ dày (VLDD) của sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội. Từ đó, nghiên cứu đã phân tích ảnh hưởng của chế độ và các yếu tố liên quan đến lối sống của các triệu chứng VLDD.

Theo khảo sát trên 388 sinh viên nhận thấy số liệu phân bố không đồng đều ở các ngành học. Ngành Đa khoa chiếm tỷ lệ nhiều nhất với 123 sinh viên (31,7%) và thấp nhất là Y học cổ truyền với 8 sinh viên (2,1%). Sự khác biệt này ở các nghiên cứu khác chưa được tìm ra nhưng tại Trường Đại học Y Hà Nội số lượng sinh viên trúng tuyển ngành Đa khoa hàng năm chiếm con số rất lớn so với các ngành khác.

Nghiên cứu cho thấy tỷ lệ thức khuya của sinh viên Y rất cao (88,4%); một phần do đại đa số sinh viên trường Y có nhiều áp lực về lịch học, lịch thi nên cũng phần nào ảnh hưởng đến tình trạng thức khuya của sinh viên. Áp lực việc học ở trường (73,1%) là khá lớn, chúng tác động không nhỏ đối với sức khỏe tinh thần của sinh viên và lâu dài ảnh hưởng đến bệnh VLDD do stress. Ở sinh viên chúng tôi ghi nhận không chỉ có những áp lực về học tập mà còn áp lực trong cuộc sống với tỷ lệ tương đối cao (55,7%). Kết quả này của chúng tôi tương tự với kết quả nghiên cứu của Anjana Niranjana, Paharam Adhikari, Ambrish Mishra và các cộng sự (2016) chỉ ra rằng sinh viên gặp vấn đề stress rất lớn (89,83%).¹¹ Bên cạnh đó, vẫn còn nhiều sinh viên có thói quen ăn uống thất thường (62,9%) (Bảng 1).

Nghiên cứu cũng cho thấy tỷ lệ các triệu chứng của VLDD ở sinh viên là khá cao: mệt mỏi (37,9%), đau bụng hay khó chịu vào ban đêm hay khi đói (34,8%), chướng bụng/đầy hơi (31,4%), ợ hơi/ợ chua (30,4%), bị trào ngược axit (27,3%).

Nghiên cứu của Đào Trần Tiến, Vũ Trường Khanh, Phí Thị Thùy Ngân và các cộng sự (2021)¹² cũng chỉ ra các triệu chứng VLDD hay gặp nhất là đau thượng vị (73,9%), ợ hơi/ợ chua (42,4%), đầy bụng (41%) và trào ngược axit (15,4%).

Kết quả nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, các yếu tố lối sống như: thói quen ăn uống thất thường, gặp áp lực trong cuộc sống, ăn đêm có giá trị p lần lượt là: 0,008; < 0,001; 0,033 có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$). Các thói quen ăn uống thất thường ở sinh viên có ít nhất 2 trong các triệu chứng trên (bảng 2) tăng gấp 2,01 lần (OR = 2,01; 95%CI: 1,2 - 3,35) điều này tương tự với nghiên cứu của tác giả SL Lim và các cộng sự.¹⁶ Sinh viên gặp nhiều áp lực trong cuộc sống cao hơn gấp 2,25 lần (OR = 2,25; 95%CI: 1,4 - 3,65); cuối cùng là sinh viên có thói quen ăn đêm tăng gấp 1,68 lần (OR = 1,68; 95%CI: 1,04 - 2,72).

Mặc dù, nghiên cứu này chưa cho thấy mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa các thói quen thức khuya, bị áp lực bởi việc học ở trường, tập thể dục với các triệu chứng VLDD. Tuy nhiên, dữ liệu nghiên cứu thu được đã cho thấy ở những người mắc VLDD thì tỷ lệ có các thói quen này cao hơn so với những người không có. Kết quả nghiên cứu này cũng phù hợp với kết quả nghiên cứu của Nguyễn Thị Phương Mai và các cộng sự.¹⁷ Bên cạnh đó, nghiên cứu vẫn còn tồn tại một số mặt hạn chế: đa số người tham gia nghiên cứu là sinh viên ở khu vực miền Bắc, học tại Trường Đại học Y Hà Nội nên không mang tính đại diện sinh viên Y cả nước. Những nghiên cứu không thể tiến hành nó một cách có triển vọng vì vấn đề nguồn lực có hạn. Đây cũng là một nghiên cứu cắt ngang nên không chỉ ra được mối quan hệ nhân quả vì vậy chúng tôi hy vọng rằng các nghiên cứu tương tự với quy mô lớn hơn trong tương lai sẽ được thực hiện nhằm giúp sinh viên nhận thức rõ hơn về vấn đề này.

V. KẾT LUẬN

Trong nghiên cứu này của chúng tôi, bệnh viêm loét dạ dày (VLDD) được cho là vấn đề phổ biến trên sinh viên y với tỷ lệ sinh viên đã từng đi khám về bệnh dạ dày chiếm tỷ lệ không

cao (30,9%) nhưng đó số sinh viên bị VLDD và nhiễm vi khuẩn HP chiếm tỷ lệ cao. Ngoài ra, nghiên cứu cũng cho thấy được mối liên quan giữa ăn uống thất thường, gặp nhiều áp lực trong cuộc sống và ăn đêm tới các triệu chứng của VLDD ($p < 0,05$). Sinh viên có thói quen ăn uống thất thường (OR = 2,01), gặp nhiều áp lực trong cuộc sống (OR = 2,25) và ăn đêm (OR: 1,68) có nguy cơ mắc VLDD cao hơn nhiều lần so với các sinh viên có lối sống lành mạnh. Từ đó cho thấy, sự cần thiết phải điều chỉnh thói quen ăn uống và sinh hoạt cho phù hợp với bệnh nhân VLDD và cũng có thể giảm được nguy cơ mắc VLDD. Tuy nhiên, nghiên cứu không tìm thấy được mối liên quan giữa các yếu tố lối sống như thức khuya, hút thuốc lá điện tử, tập thể dục và cuối cùng là áp lực từ việc học ở trường đến các triệu chứng bệnh VLDD ở sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Kuna L, Jakab J, Smolic R, et al. Peptic Ulcer Disease: A Brief review of conventional therapy and herbal treatment options. *Journal of Clinical Medicine*. 2019;8(2):179. doi:10.3390/jcm8020179
2. Sung JJY, Kuipers EJ, El-Serag HB. Systematic review: the global incidence and prevalence of peptic ulcer disease. *Alimentary Pharmacology & Therapeutics*. 2009;29(9):938-946. doi:10.1111/j.1365-2036.2009.03960.x
3. Nguyễn Thúy Vân. Dân số trong độ tuổi thanh niên ở Việt Nam – Những vấn đề đặt ra. *Tạp chí Quản lý nhà nước*. 2020;299:126. <https://www.quanlynhanuoc.vn/2020/12/22/dan-so-trong-do-tuoi-thanh-nien-o-viet-nam-nhung-va-n-de-dat-ra/>. Published December 22, 2020. Accessed August 22, 2024.
4. Hà Thị Mai Hương, Nguyễn Thị Lan Anh, Nguyễn Văn Huy, và cs. Chất lượng cuộc sống của người bệnh loét dạ dày- tá tràng tại Bệnh viện Đa khoa tỉnh Vĩnh Phúc năm 2021. *Tạp*

- chí Nghiên cứu Y học*. 2022;156(8):301-310. doi:10.52852/tcncyh.v156i8.1045
5. Phạm Văn Phú, Ngô Thanh Hằng. Diễn biến tình trạng dinh dưỡng của sinh viên năm thứ 2 Đại học Y Hà Nội giai đoạn 2010-2019. *Tạp chí Y học cộng đồng*. 2021;62(7). doi:10.52163/yhc.v62i7(2021).239
6. Nguyễn Thị Pháp, Trần Thị Vân Khanh, Phạm Văn Phú. Tình trạng dinh dưỡng và một số yếu tố liên quan của sinh viên Y khoa năm thứ 4 và thứ 5 tại Đại học Tây Nguyên. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2022;512(2). doi:10.51298/vmj.v512i2.2271
7. Nguyễn Thị Pháp. Khẩu phần ăn và một số yếu tố liên quan của sinh viên Y khoa năm thứ 4 và thứ 5 tại Đại học Tây Nguyên. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2022;512(2). doi:10.51298/vmj.v512i2.2283
8. Masaad AA, Yusuf AM, Shakir AZ, et al. Sleep quality and Dietary Inflammatory Index among university students: a cross-sectional study. *Sleep and Breathing*. 2020;25(4):2221-2229. doi:10.1007/s11325-020-02169-z
9. Ahmed M, Papadopoulos K. Gastrointestinal conditions among medical students a single center study. *British Journal of Gastroenterology*. 2020;2(3). doi:10.31488/bjg.1000117
10. Hoang Thi Thu Ha, Bengtsson C, Phung Dac Cam, et al. Seroprevalence of Helicobacter pylori Infection in Urban and Rural Vietnam. *Clinical and Vaccine Immunology*. 2005;12(1):81-85. doi:10.1128/cdli.12.1.81-85.2005
11. Niranjana A, Adhikari P, Mishra A, et al. Prevalence and Determinants of Gastro-Intestinal Disorder among Hostel Resident of a Medical College of Central India. *IJHSR*. 2016; 6(2):30-36. <https://www.semanticscholar.org/paper/Prevalence-and-Determinants-of-Gastro-Intestinal-of-Niranjana-Adhikari/42ae4d6113a7d97eb4fb2b0c8882bee24e4acfb3>. Published January 23, 2016. Accessed August 22, 2024.
12. Dao Tran Tien, Vu Truong Khanh, Phi Thi Thuy Ngan, et al. Association of eating habits and clinical symptoms in atrophic gastritis patients. *Ministry of Science and Technology Vietnam*. 2021;63(7):11-16. doi:10.31276/vjst.63(7).11-16
13. Nimish B Vakil. Peptic ulcer disease: Clinical manifestations and diagnosis. *MediLib*. <https://medilib.ir/uptodate/show/26>. Accessed August 22, 2024.
14. Barkun A, Leontiadis G. Systematic Review of the Symptom Burden, Quality of Life Impairment and Costs Associated with Peptic Ulcer Disease. *The American Journal of Medicine*. 2010;123(4):358-366.e2. doi:10.1016/j.amjmed.2009.09.031
15. Lau JY, Sung J, Hill C, et al. Systematic Review of the epidemiology of Complicated peptic ulcer Disease: Incidence, recurrence, risk factors and mortality. *Digestion*. 2011;84(2):102-113. doi:10.1159/000323958
16. Lim SL, Canavarro C, Zaw MH, et al. Irregular Meal Timing Is Associated with Helicobacter pylori Infection and Gastritis. *ISRN Nutrition*. 2013;2013:1-7. doi:10.5402/2013/714970
17. Nguyen Thi Phuong Mai, Nguyen Thi Thanh Mai, Do Thi Minh Phuong. An association of psychosocial characteristics and severity of ulcers in adolescents with chronic peptic ulcer disease. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2023;166(5E12):36-43. doi:10.52852/tcncyh.v166i5e12.1124

Summary

LIFESTYLE FACTORS AFFECTING GASTRIC ULCER SYMPTOMS AMONG MEDICAL STUDENTS AT HANOI MEDICAL UNIVERSITY IN 2023

A cross-sectional descriptive study was conducted among 388 undergraduate students at Hanoi Medical University from September 2023 to December 2023, to describe the current situation and analyze lifestyle factors affecting the symptoms of peptic ulcer disease. The results indicate that 30.9% of students had undergone a stomach examination in the past 3 months, with 68.3% of those students diagnosed with gastric ulcer. . The rate of staying up late among medical students was very high (88.4%), the pressure of schoolwork (73.1%), and life pressure also have a relatively high rate (55.7%). Many students had irregular eating habits (62.9%), more than half of the students exercised regularly (51.5%), and very few students smoked (2.6%). The most common symptoms experienced by students in the past 3 months were fatigue (37.9%), abdominal pain or discomfort at night or when hungry (34.8%), bloating (31.4%), belching or acid reflux (30.4%), acid reflux (27.3%), and pain in the epigastric region (20.1%). The study showed a correlation between lifestyle factors and gastric ulcer symptoms, such as irregular eating habits, life pressure, and the habit of consuming late meal at night, with statistically significant differences observed ($p < 0.05$).

Keywords: Gastric ulcers, diet, eating habits, lifestyle factors, students.