

Cảnh báo bệnh suy thận ở giới trẻ

15:36 30/06/2025

Các chuyên gia y tế cho biết, suy thận sớm ở người trẻ hiện nay không còn là vấn đề hiếm gặp, mà đã trở thành một vấn đề y tế cộng đồng đáng lưu ý, đòi hỏi hành động khẩn cấp và đồng bộ từ cá nhân, gia đình, ngành y tế và toàn xã hội. Đây là hồi chuông cảnh báo cho lối sống thiếu lành mạnh, chủ quan với sức khỏe của giới trẻ hiện nay.

Suy thận ở giai đoạn cuối ở độ tuổi khoảng 20 - 40 ngày càng tăng

Cụ thể, theo thống kê của các bệnh viện trên địa bàn TP. Hà Nội những năm gần đây cho thấy, người trẻ ở độ tuổi khoảng 20-40 được phát hiện bệnh suy thận ở giai đoạn cuối ngày càng tăng. Đa số các trường hợp suy thận ở nhóm tuổi này có liên quan tới việc dùng thuốc không kiểm soát, bệnh cầu thận như IgA, lupus... Một số người tăng huyết áp kéo dài không kiểm soát, gây phá hủy các mạch máu, giảm lượng máu đến thận, phá hủy bộ lọc ở cầu thận, từ đó làm suy thận.

Bệnh thận thường diễn biến rất âm thầm, giai đoạn đầu thường không có triệu chứng. Ở Trung tâm Thận tiết niệu và Lọc máu, Bệnh viện Bạch Mai có nhiều người chỉ phát hiện bệnh sau khi khám sức khỏe tại cơ quan hoặc làm hồ sơ đi du học.



TS Nghiêm Trung Dũng - Giám đốc Trung tâm Thận tiết niệu và Lọc máu kiểm tra sức khỏe cho bệnh nhân điều trị tại Trung tâm. Ảnh: Thanh Bình

Theo TS Nghiêm Trung Dũng, Giám đốc Trung tâm Thận tiết niệu và Lọc máu, Bệnh viện Bạch mai cho biết, đơn vị thường xuyên tiếp nhận nhiều trường hợp dưới 30 tuổi, độ tuổi đang là lao động chính trong gia đình. Thậm chí, bệnh nhân chỉ mới 15 -16 tuổi khi được chẩn đoán mắc bệnh thận mạn thì đã ở vào giai đoạn cuối.

“Tại Trung tâm Thận tiết niệu và Lọc máu có rất nhiều người trẻ đang điều trị nội trú. Hầu hết những người này phải nhập viện là do viêm cầu thận mạn, có những thanh niên còn rất trẻ đã bị bệnh thận ở giai đoạn cuối. Nhiều bệnh nhân đến trung tâm ở giai đoạn phải lọc máu cấp cứu, lúc đó thận suy rất nặng kèm theo nhiều biến chứng ở các cơ quan như tim mạch, hô hấp... điều đó sẽ hạn chế quyền lựa chọn của người bệnh trong phương pháp điều trị thay thế thận suy” - TS Nghiêm Trung Dũng nêu thực trạng.

Tương tự, TS Nguyễn Văn Tuyên - Trưởng khoa Nội thận - Tiết niệu, Bệnh viện Đa khoa Đức Giang cũng cho biết, có những thời điểm, khoa Nội thận - Tiết niệu, Bệnh viện Đa khoa Đức Giang, tiếp nhận, điều trị cho 200 bệnh nhân mắc bệnh suy thận mạn giai đoạn cuối phải lọc máu chu kỳ.

Trong đó, có 10% người mắc dưới 30 tuổi, 15-20% dưới 40 tuổi, 25-28% dưới 50 tuổi. Nguyên nhân mắc bệnh chủ yếu của người trẻ là do thói quen ăn mặn và

tiêu thụ đồ ăn sẵn; lạm dụng chất bảo quản và phụ gia thực phẩm; thiếu vận động thể chất; tự ý dùng thuốc không theo chỉ định...

Nên làm xét nghiệm tổng phân tích nước tiểu, xét nghiệm chức năng thận sớm

Theo thống kê mới nhất của Bộ Y tế, Việt Nam hiện có trên 10 triệu người mắc bệnh thận mạn, trong đó khoảng 26.000 bệnh nhân đã bước vào giai đoạn cuối, cần lọc máu định kỳ hoặc ghép thận để duy trì sự sống. Đáng lo ngại hơn, tỷ lệ người trẻ mắc bệnh đang tăng nhanh và phần lớn chỉ phát hiện khi bệnh đã trở nặng do thiếu thói quen kiểm tra sức khỏe định kỳ và chủ quan trước các dấu hiệu cảnh báo ban đầu.

Còn theo báo cáo chuyên sâu từ các cơ sở y tế trong nước giai đoạn 2020-2025 cho thấy, tỷ lệ người trẻ từ 18 đến 30 tuổi mắc bệnh thận chiếm tới 20-30% tổng số ca bệnh thận. Người trẻ bị suy thận liên quan đến nhiều vấn đề, trong đó ngoài nguyên nhân do viêm cầu thận thì thói quen ăn uống, sinh hoạt không điều độ cũng là yếu tố nguy cơ thúc đẩy các bệnh lý chuyển hóa sớm, gây ra nhiều bệnh lý trong đó có bệnh thận mạn. Suy thận ở giới trẻ không chỉ ảnh hưởng nghiêm trọng đến thể chất và chất lượng sống, suy thận còn là gánh nặng nặng nề về kinh tế với gia đình người bệnh và toàn xã hội.



Bệnh nhân điều trị bệnh thận tại Bệnh viện Thanh Nhàn. Ảnh: Thanh Bình

Liên quan tới việc suy thận trẻ hóa, TS Nguyễn Văn Tuyên, Trưởng khoa Nội thận - Tiết niệu, Bệnh viện Đa khoa Đức Giang cho rằng, bệnh suy thận mạn tiến triển âm thầm, từ giai đoạn 1 đến 4 hầu như không có triệu chứng rõ ràng. Khi cơ thể biểu hiện như thiếu máu, khó thở, buồn nôn thì thận đã bị tổn thương

ng nghiêm trọng. Tâm lý chủ quan là nguyên nhân chính khiến người trẻ phải “chạy thận”, họ sẽ thường đổ lỗi cho áp lực công việc thì khi các triệu chứng nhẹ ghé qua nên sẽ không đi khám.

Do đó, bác sĩ Nguyễn Đăng Quốc khuyến cáo, để loại trừ bệnh thận mạn tính, mỗi người chỉ cần dành thời gian làm xét nghiệm tổng phân tích nước tiểu, xét nghiệm chức năng thận. Ngoài ra, trong sinh hoạt, ăn uống cần tạo thói quen giảm muối, uống đủ nước, hạn chế thức ăn nhanh, ngủ đúng giờ, vận động thường xuyên, không hút thuốc, hạn chế rượu bia và tuyệt đối không tự ý dùng thuốc.

Các chuyên gia y tế cũng cho rằng, suy thận sớm ở người trẻ không còn là vấn đề hiếm gặp mà đã trở thành một vấn đề y tế cộng đồng đáng lưu ý, đòi hỏi hành động khẩn cấp và đồng bộ từ cá nhân, gia đình, ngành y tế và toàn xã hội. Phòng ngừa sớm, thay đổi hành vi sống, tăng cường sàng lọc và quản lý yếu tố nguy cơ sẽ là chìa khóa để ngăn chặn làn sóng trẻ hóa của bệnh thận, bảo vệ một thể hệ khỏe mạnh – nền tảng cho tương lai của đất nước.

Tuấn Ngọc (t/h)