

## PHÁC ĐÒ ĐIỀU TRỊ THIẾU MÁU

### **Định nghĩa Thiếu Máu Theo YHHD**

Thiếu máu là sự giảm sút lượng huyết cầu tố lưu hành trong hệ tuần hoàn, và mọi hậu quả thiếu máu đều liên quan đến tỷ lệ huyết cầu tố.

Nồng độ huyết cầu tố trung bình và thể tích trung bình của mỗi hồng cầu khác nhau tùy từng hội chứng thiếu máu, do vậy lượng huyết cầu tố cũng khác nhau đối với cùng số lượng hồng cầu.

**Xác định mức độ thiếu máu:** người ta dựa vào lượng huyết sắc tố để xác định mức độ thiếu máu.

Thiếu máu độ 1: Hb 80 – 119 g/l

Thiếu máu độ 2: Hb 60 – 79g/l

Thiếu máu độ 3: Hb < 60 g/l

### **Các xét nghiệm cần làm để chẩn đoán:**

- Công thức máu
- Định lượng huyết sắc tố
- Đo HCT
- Xét nghiệm phân
- Tỷ đồ nếu cần

**Điều trị: điều trị nguyên nhân gây thiếu máu**

**Thiếu máu thiếu sắt : Bổ sung sắt ( ferovit 1v x3 lần/ ngày) sau ăn**

**Hướng dẫn chế độ ăn bổ sung sắt và acid folic như:** thịt bò, thịt heo, thịt gia cầm, trứng, rau có màu xanh đậm, bổ sung thêm Vitamin C để hấp thu sắt tốt hơn

## II. Quan niệm Thiếu máu theo YHCT

Nói đến máu là một dịch thể có màu đỏ, tương ứng là huyết. Huyết được tạo ra bởi tạng tỳ và tâm, và tàng trữ tại can và chịu tác động gián tiếp của 2 tạng phế, và thận.

### 1 Các thể lâm lâm sàng thường gặp và nguyên nhân gây bệnh theo YHCT:

1.1 Tâm huyết hư: hồi hộp, hay quên, tâm phiền lo lắng bất an, mất ngủ, giấc ngủ không sâu, hay mộng mị nói mê, chóng mặt hoa mắt, môi lưỡi nhợt nhạt mạch tế sác

Bài thuốc 1: Quy Tỳ Thang:

Nhân sâm	8g – 12g	Táo nhân	8g – 12g
Bạch truật	8g – 12g	Phục thần	8g – 12g
Huyền kỳ	12g – 16g	Viễn chí	4g – 6g
Đương quy	8g – 12g	Mộc hương	8g – 12g
Long nhãn	12g -16g	Cam thảo	4g – 8g

Bài thuốc 2: Dưỡng tâm thang gia vị:

Hoàng kỳ	12- 16g	Đương qui	12-16g
Phục thần	8 – 12g	Xuyên khung	8 – 12g
Bạch linh	8 – 12g	Viễn chí	4 – 6g
Táo nhân	8 – 12g	Bá tử nhân	8 -12g
Nhân sâm	10 – 12g	Ngũ vị tử	8 - 12 g
Thục địa	8- 12g	Đại táo	12- 16 g

Hoặc tình trạng huyết hư dẫn đến âm hư, tâm âm hư dẫn đến thận âm hư có thể dùng bài thuốc Hậu thiên lục vị phương gồm:

Thục địa	12 – 16g	Đan sâm	6 – 10g
Đương quy	12 – 16g	Viễn chí	4 – 6g
Nhân sâm	12 – 16g	Táo nhân	8 – 10g.

Phương huyết:

Tên huyết	Cơ sở lý luận	Tác dụng điều trị
Tâm du	Bồi du huyết của tâm	Dưỡng tâm an thần

Quyết âm du	Du huyết của tâm bào	Bổ tâm
Tam âm giao	Hội huyết của 3 kinh âm	Tư âm thanh nhiệt
Nội quan	Lạc huyết của tâm bào	Định tâm
Thần môn	Nguyên thổ nguyệt kinh tâm	Định tâm an thần
Cách du	Hội huyết của huyết	Bổ huyết
Huyết hải	Bể của huyết	Bổ huyết

**1.2. Tâm tỳ hư:** hồi hộp, hay quên, hoa mắt, chóng mặt, ăn kém, mỏi mệt, mất ngủ, sắc mặt vàng, lưỡi nhợt nhạt, mạch nhược, có thể kinh nguyệt không đều( nữ), hoặc xuất huyết dưới da

Phương thuốc : Quy tỳ thang hoặc Bát trân thang.

Nhân sâm	8 – 12g	Bạch thược	8 – 12g
Thục địa	12 – 16g	Phục linh	8 – 12g
Bạch truật	8 – 12g	Xuyên khung	8 – 12g
Đương quy	8 – 12g	Cam thảo	4 – 6g

Phương huyết:

Tên huyết	Cơ sở lý luận	Tác dụng điều trị
Đản trung	Mộ huyết của tâm bào , hội của khí	Bổ tâm khí
Quan nguyên	Hội của 3 kinh túc tam âm	Bổ nguyên khí
Khí hải	Bể của khí	Bổ khí
Thần môn	Nguyên huyết của tâm	Bổ tâm
Chi chính	Lạc của tiểu trường	Bổ tâm phế
Thái uyên	Nguyên huyết của phế	Bổ phế
Thiên lịch	Lạc của đại trường	Bổ phế

**1.3 Khí huyết hư:** sắc da xanh xao nhợt nhạt, hồi hộp, hoa mắt chóng mặt, mệt mỏi, yếu sức, thiếu hơi, biếng nói, mất ngủ, tự ra mồ hôi, lưỡi nhợt bệu, mạch tế nhược.

Bài thuốc: Bát trân Thang

Phương huyết:

Tên huyết	Cơ sở lý luận	Tác dụng điều trị
Đản trung	Mộ huyết của tâm bào	Bổ tâm khí
Quan nguyên	Hội của 3 kinh túc tam âm	Bổ nguyên khí
Khí hải	Bể của khí	Bổ khí
Thần môn	Nguyên huyết của tâm	Bổ tâm
Cách du	Hội huyết của huyết	Điều khí – bổ huyết
Cao hoang	Chỗ ở thần minh	Bổ huyết, giữ huyết cho dương
Túc tam lý	Hợp huyết của vị	Điều trung khí
Tam âm giao	Giao hội của 3 kinh âm	Tư âm

**1.4 Tỳ thận dương hư:** người lạnh, tay chân lạnh, kém ăn, bụng chướng, tiêu phân nhão hoặc tiêu chảy kéo dài, hoặc đi cầu phân sống, hoặc ngũ canh tả, toàn thân phù thũng, lưng gối mỏi lạnh, đàn ông có rối loạn cương dương hoặc di tinh, phụ nữ không thụ thai, lưỡi bệu, rêu trắng trơn, mạch tế nhược.

Bài thuốc: Hữu quy ẩm

Phu tử chế	3 – 6g	Nhục quế	4 – 6g
Thục địa	12 – 16g	Sơn thù	6 – 12g
Hoài sơn	8 – 12g	kỷ tử	10 – 16g
Nhân sâm	8 – 12g	Đỗ trọng	10 – 16g
Thổ ty tử	8 – 12g	Đương quy	10 – 12g

Phương huyết:

Tên huyết	Cơ sở lý luận	Tác dụng điều trị
Thận du	Du huyết của thận	Ích thủy tráng hỏa, trị đau lưng
Tam âm giao	Giao hội huyết của 3 kinh âm	Tư âm
Mệnh môn	Bổ mệnh môn tương hỏa	Bồi nguyên – bổ thận
Trung cực	Mộ huyết của bàng quang	Lợi bàng quang, ôn tinh, di tinh
Can du	Du huyết của can	Bổ can huyết

Thái xung	Du thổ huyết can	Thanh can hỏa
-----------	------------------	---------------

**1.5 Can huyết hư:** sắc da khô sạm, xanh nhợt hoặc vàng bủng, móng tay, chân nhợt nhạt, khô, dễ gãy, thể trạng gầy, tay chân tê dại hoặc gân mạch co rút, đau tức hông sườn, mắt khô hoặc nhìn mờ, mất ngủ hay mơ, dễ sợ hãi, phụ nữ hành kinh ít, bế kinh, hoặc đau bụng kinh, mạch huyền tế

Bài thuốc 1: Lương địa thang gia giảm

Thục địa	12 – 16g	Bạch thược	8 – 12g
A giao	8 – 12g	Địa cốt bì	8 – 12g
Huyền sâm	8 – 12g	Mạch môn	10 -12g

Đau bụng kinh gia xuyên khung 8 – 12g, mắt khô nhìn mờ gia câu kỷ tử 12 – 16g

Bài thuốc 2: BỔ can thang ( Y Tông Kim Giám)

Đương quy	12 – 16g	Xuyên khung	8 – 12g
Bạch thược	10 – 12 g	Thục địa	12- 16g
Táo nhân	8 -12g	Mạch môn	10 – 12g
Mộc qua	8 – 12g	Cam thảo	4- 6 g

Phương huyết:

Can du, thái xung, thân môn, huyết hải, tam âm giao, cách du

Phác đồ điều trị  
Thiếu máu

