

I. Tên bài: Các bệnh thiếu vitamin thường gặp

II. Số tiết: 3 tiết

III. Mục tiêu:

1. Trình bày được tình hình thiếu vitamin ở trẻ em.
2. Trình bày được vai trò của các vitamin (A, D, B1) trong cơ thể.
3. Liệt kê được các nguyên nhân và các yếu tố nguy cơ gây thiếu các vitamin trên.
4. Mô tả được các triệu chứng lâm sàng và cận lâm sàng của bệnh thiếu vitamin trên.
5. Nêu được phác đồ điều trị.
6. Trình bày được các biện pháp điều trị.

IV. Tests lượng giá :

Mục tiêu	Tỷ lệ tests	Số lượng tests mỗi loại		
		QCM	Ngỏ ngấn	Đúng/ sai
Mục tiêu 1	3	2		1
Mục tiêu 2	4	2	2	
Mục tiêu 3	7	2	2	2
Mục tiêu 4	9	5	4	
Mục tiêu 5	6	4	2	
Mục tiêu 6	7	4	2	1
Tổng	36	19	12	4
	100 %	60%	26%	14%

A. Câu hỏi nhiều lựa chọn (MCQ): Hãy khoanh tròn vào chữ cái tương ứng với câu trả lời đúng nhất:

1. Bệnh còi xương do thiếu vitamin D hay gặp nhất ở lứa tuổi nào:

- a. Từ sơ sinh đến 6 tháng tuổi.
- b. Từ 6 tháng đến 24 tháng tuổi.
- c. Từ 24 tháng đến 36 tháng tuổi.
- d. Trên 36 tháng tuổi.

2. Bệnh còi xương do thiếu vitamin D hay gặp nhất vào mùa nào:

- a. Mùa hè.
- b. Mùa đông.
- c. Mùa thu.
- d. Mùa xuân.

3. Nguồn cung cấp vitamin D cho cơ thể chủ yếu nhất từ:

- a. Từ thức ăn thực vật.
- b. Từ thức ăn động vật.
- c. Từ nguồn dự trữ trong thời kỳ bào thai.
- d. Từ da.

4. Nhu cầu vitamin D cho trẻ bình thường là:

- a. 200 đv/ngày.
- b. 300 đv/ngày. người lớn 200 đv/ngày, PNCT 300 đv/ngày
- c. 400 đv/ngày.
- d. 500 đv/ngày.

5. Trẻ nào dưới đây ít bị mắc còi xương do thiếu vitamin D nhất:

- a. Trẻ < 1 tuổi.
- b. Trẻ đẻ non. trẻ da màu dễ bị còi xương
- c. Trẻ da màu.
- d. Trẻ da trắng.

6. Biến đổi sinh học nào dưới đây có giá trị nhất để chẩn đoán bệnh còi xương .

- a. Phosphatase kiềm tăng.
- b. Canxi máu Giảm.
- c. Phospho máu giảm.
- d. Dự trữ kiềm giảm.

7. Bệnh còi xương do thiếu vitamin D có thể phòng được bằng cách (ngoại trừ):

- a. Nuôi con bằng sữa mẹ.
- b. Con và mẹ nằm trong phòng kín .
- c. Cho trẻ ăn dặm đúng cách.
- d. Cho trẻ tắm nắng hàng ngày.

8. Các dấu hiệu tổn thương xương trên XQ gồm các dấu hiệu:

- a. Loãng xương.
- b. Điểm cốt hoá chậm.
- c. Đầu xương to bè.
- d. Gồm tất cả các dấu hiệu trên.

9. Liều vitamin D điều trị còi xương hiện nay là:

- a. 10.000 đv/ngày. 2000-4000 UI/ngày x 4-6 tuần
- b. 40.000 đv/ngày. khi có bệnh cấp tính: 10.000 UI x 10 ngày
- c. 4.000 đv/ngày. khi bệnh nặng hoặc ko có đk uống thg xuyên: 200.000 UI x 1 lần
- d. 300.000 đv/ngày.

10. Thời gian điều trị còi xương do thiếu vitamin D kéo dài trong bao lâu:

4-6 tuần

- a. 1 tháng.
- b. 3 tháng.
- c. 9 tháng.
- d. 12 tháng

11. Vitamin A có nhiều nhất trong các thực phẩm nào dưới đây:

- a. Sữa mẹ.
- b. Gạo.
- c. Dầu cá.
- d. Trứng.

12. Tổn thương ở mắt sớm nhất do thiếu vitamin A là:

- a. Khô kết mạc
- b. Vệt Bittot.
- c. Khô giác mạc.
- d. Quáng gà.

13. Liều vitamin A để phòng bệnh cho trẻ < 1 tuổi:

- a. 100.000 đv cách 1 tháng 1 lần.
- b. 100.000 đv cách 6 tháng 1 lần.
- c. 200.000 đv cách 6 tháng 1 lần.
- d. 200.000 đv cách 1 năm 1 lần.

14. β caroten không có trong thực phẩm nào:

- a. Cam.
- b. Đu đủ.
- c. Thịt.
- d. Rau ngót.

15. Bệnh thiếu vitamin B1 hay gặp ở các nước mà lương thực chính là:

- a. Lúa mì.
- b. Ngô.
- c. Gạo.

Khi thiếu vitamin B1 gây bệnh tê phù (bệnh beri- beri), bệnh thường gặp ở các nước ăn gạo. Tỷ lệ calo do glucid cung cấp quá cao, làm tăng nhu cầu vitamin B1 của cơ thể. Trong khi đó vitamin B1 trong khẩu phần lại chủ yếu do gạo cung cấp. Chất lượng gạo phần lớn lại bị giảm trong quá trình xay xát, bảo quản và nấu nướng.

16. Nhu cầu vitamin B1 trong cơ thể tăng khi:

- a. Chế độ ăn nhiều bột, đường.
- b. Chế độ ăn nhiều giàu, mỡ.
- c. Chế độ ăn nhiều rau, quả.
- d. Chế độ ăn nhiều đạm.

Ăn nhiều đường --> tăng glucid --> chuyển hóa cần vitamin B1

17. Nhu cầu vitamin B1 hàng ngày cho mọi lứa tuổi của OSM là:

- a. 1 mg/ngày.
- b. 1 mg/1000 kcal.
- c. 0.4 mg/1000 kcal.
- d. 0.2 mg/1000 kcal.

- Nhu cầu vitamin B1 cho mọi lứa tuổi theo Tổ chức Y tế thế giới
0,4mg/1000Kcal.

18. Thể suy tim cấp do thiếu vitamin B1 hay gặp ở lứa tuổi nào:

- a. Trẻ < 3 tháng tuổi.
- b. Trẻ từ 3 tháng đến 6 tháng.
- c. Trẻ từ 6 tháng đến 12 tháng.
- d. Trẻ > 12 tháng.

a. Thể tim cấp

Bệnh thường gặp ở trẻ từ 2 - 5 tháng, trẻ bú mẹ hoàn toàn, bệnh khởi phát đột ngột bằng các triệu chứng sau: khó thở dữ dội, tím tái, da nhợt, trẻ rên rỉ, có thể có co giật, hôn mê và tử vong trong vòng 24 giờ. Điều trị bằng vitamin B1 trẻ khỏi nhanh.

19. Nguyên nhân chủ yếu dẫn đến thiếu vitamin B1 là:

- a. Ăn ít hoa quả.
- b. Chế độ ăn thiếu dầu mỡ.
- c. Chế độ ăn ít đạm.
- d. Ăn gạo sát kỹ quá.

B. Câu hỏi ngắn:

20. Vai trò của vitamin D gồm :

- a. Tăng hấp thu canxi tại ruột.
- b. Tăng quá trình gắn canxi và phospho vào xương.
- c. Tăng tái hấp thu calci ở ống thận

21. Các triệu chứng rối loạn thần kinh thực vật trong bệnh còi xương gồm:

- a. Ra mồ hôi nhiều.
- b. Kích thích, khó ngủ.
- c. Hay giật mình.
- d. Hói gáy

22. Các biểu hiện của xương sọ trong bệnh còi xương gồm:

- a. Mềm xương sọ.
- b. Xương hàm biến dạng, răng mọc lộn xộn.
- c. Bướu xương sọ .
- d. Thóp rộng, bờ mềm, chậm liền

23. Biểu hiện biến dạng xương lồng ngực trong bệnh còi xương gồm:

- a. Lồng ngực gà.
- b. Rãnh filatop Harrison.
- c. Chuỗi hạt sườn

24. Nguyên nhân gây thiếu ánh sáng mặt trời gồm:

- a. Trẻ nhỏ nằm trong buồng tối.
- b. Mặc nhiều quần áo vào mùa đông.
- c. Mùa đông, vùng nhiều bụi, sương mù.
- d. Nhà ở chật chội.....

25. Triệu chứng lâm sàng của thiếu vitamin B1 gồm:

- a. Chán ăn .
- b. Mệt mỏi .
- c. Da xanh .
- d. Phù.....

26. Nguyên nhân gây còi xương thiếu vitamin D do chế độ ăn gồm:

- a. Nuôi nhân tạo.
- b. Ít thức ăn động vật.
- c. Nhiều bột.....
- d. Thiếu dầu.....

27. Chức năng sinh học của vitamin A gồm:

- a. Duy trì thị giác bình thường.
- b. Giúp cho sự tăng trưởng.
- c. Giúp biệt hoá biểu mô.
- d. Tăng cường miễn dịch.....

28. Điền đủ các mức độ khô mắt theo phân loại của WHO (1982):

- | | |
|-------------------------|-----|
| a. Quáng gà | XN |
| b. Khô kết mạc..... | X1A |
| c. Vệt Bittot | X1B |
| d. Khô giác mạc..... | X2 |
| e. Loét nhuyển giác mạc | X3 |
| f. Sẹo giác mạc | XS |
| g. Khô đáy mắt..... | XF |

29. Điền liều lượng vitamin A để điều trị cho trẻ < 1 tuổi bị khô mắt do thiếu vitamin A.

- a. Ngày thứ nhất...100.000 UI...
- b. Ngày thứ hai...100.000 UI..
- c. Sau 2 tuần100.000 UI.

30. Điền liều lượng vitamin A để điều trị cho trẻ > 1 tuổi bị suy dinh dưỡng nặng:

- a. Ngày thứ nhất200.000 UI.....

- b. Ngày thứ hai 200.000 UI
- c. Sau 2 tuần 200.000 UI

31. Hãy điền đủ 4 thể bệnh lâm sàng của bệnh thiếu vitamin B1 ở trẻ em:

- a. Thể suy tim cấp.
- b. Thể nhẹ.
- c. Thể màng não.
- d. **Thể mất tiếng**

32. Hãy kể tiếp các biện pháp phòng bệnh thiếu vitamin B1:

- a. Cho ăn dặm đúng cách, theo ô vuông thức ăn.
- b. Nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu.
- c. Khi thiếu sữa mẹ phải thay thế bằng sữa bò hoặc sữa đậu nành.
- d. **Ăn gạo chất lượng tốt**

C. Câu hỏi đúng sai:

Hãy đánh dấu (✓) vào chữ Đ cho câu đúng và chữ S cho câu sai trong các câu sau:

- | | | |
|--|----------|----------|
| 33. | Đ | S |
| a. Trẻ từ 6 tháng đến 12 tháng hay mắc còi xương do thiếu vitamin D. | | |
| b. Nhà cửa ẩm thấp là điều kiện thuận lợi gây bệnh còi xương. | | |
| c. Bệnh còi xương thiếu vitamin D hay gặp ở vùng nhiều ánh sáng mặt trời. | | |
| e. Lượng vitamin D trong sữa mẹ đủ cung cấp cho nhu cầu hàng ngày của trẻ. | | |
| 34. Các nguyên nhân dẫn đến thiếu vitamin A gồm: | Đ | S |
| a. Trẻ được nuôi hoàn toàn bằng sữa mẹ. | | |
| b. Khẩu phần ăn thiếu thức ăn động vật. | | |
| c. Trẻ ăn bổ sung đúng cách. | | |
| d. Chế độ ăn thiếu dầu, mỡ. | | |
| 35. Phụ nữ có thai và khi cho con bú, uống vitamin A theo cách nào: | Đ | S |
| a. Phụ nữ có thai uống 200.000 đv trong 3 tháng đầu của thời kỳ có thai. | | |
| b. Phụ nữ có thai uống 200.000 đv trong 3 tháng cuối của thời kỳ thai nghén. | | |
| c. Phụ nữ cho con bú uống 200.000 đv trong tháng đầu sau đẻ. | | |
| d. Phụ nữ có thai, có triệu chứng nghi ngờ thiếu vitamin A uống 10.000 đv/ngày kéo dài 2 tuần. | | |
| 36. | Đ | S |
| a. Cho trẻ ăn nhiều bột, đường làm tăng nguy cơ thiếu vitamin B1. | | |
| b. Bà mẹ có thai và cho con bú, có nhu cầu vitamin B1 tăng. | | |

PNCT ko
uống vitA
liều cao

- c.** Thở suy tim do thiếu vitamin B1 hay gặp ở trẻ > 1 tuổi.
d. Trẻ bị rối loạn tiêu hoá kéo dài, uống kháng sinh kéo dài làm giảm nguồn cung cấp vitamin B1.

~~**Đáp án :**~~

~~Câu 1.b.~~

~~Câu 2: b. Câu 12: d. Câu 20: tăng tái hấp thu Ca và p
tái ống thận.~~

~~Câu 3 : d. Câu 13 : b. Câu 21: Rụng tóc gáy.~~

~~Câu 4 : c. Câu 14 : c. Câu 22: Thóp chậm liền .~~

~~Câu 5 : d. Câu 15 : a. Câu 23 : Chuối hạt sườn .~~

~~Câu 6 : a. Câu 16 : c. Câu 24: Nhà ở chât chôi .~~

~~Câu 7 : b. Câu 17 : a. Câu 25 : Phù .~~

~~Câu 8 :d.~~ ~~Câu 18 :d.~~ ~~Câu 26: Thức ăn nhiều bột .~~

~~Thiếu dầu.~~

~~Câu 9 : c. Câu 19 : d. Câu 27 : Tăng cường chức năng MD.~~

~~Câu 10 : a. Câu 28: Khô kết mạc . Khô giác mạc . Khô đáy mắt.~~

~~Câu 29 : 100.000đv. Câu 30 : 200.000đv. Câu 31: Thẻ mất tiếng.~~

~~Câu 32 : Ăn gạo chất lượng tốt .~~

~~Câu 33 : a: D . b. : D. c : S . d : S.~~

~~Câu 34 : a: S . b: D. c : S . d : D.~~

~~Câu 35: a : D. b: S. c: D . d : D.~~

~~Câu 36 : a: D .b: D . c: S. d: D~~

CÁC BỆNH THIẾU VITAMIN THƯỜNG GẶP

1. Trẻ nào dưới đây ít bị mắc còi xương do thiếu vitamin D nhất. Hãy khoanh tròn vào ý đúng:

- Trẻ < 1 tuổi.
- Trẻ đẻ non.
- Trẻ da màu.
- Trẻ da trắng.

2. Biến đổi sinh học nào dưới đây có giá trị nhất để chẩn đoán bệnh còi xương .

a. **Phosphataza kiềm tăng.**

b. Canxi máu Giảm.

c. Phospho máu giảm.

d. Dự trữ kiềm giảm.

3. Các dấu hiệu tổn thương xương trên XQ của bệnh còi xương gồm các dấu hiệu nào.

Khoanh tròn vào ý đúng:

a. Loãng xương.

b. Điểm cốt hoá chậm.

c. Đầu xương to bè.

d. **Gồm tất cả các dấu hiệu trên.**

4. Liều vitamin D điều trị còi xương hiện nay là bao nhiêu? Khoanh tròn vào liều đúng:

a. 10.000 đv/ngày.

b. 40.000 đv/ngày.

c. **4.000 đv/ngày.**

d. 300.000 đv/ngày.

5. Thời gian điều trị còi xương do thiếu vitamin D kéo dài trong bao lâu. Khoanh tròn vào ý đúng:

a. **1 tháng.**

b. 3 tháng.

c. 9 tháng.

d. 12 tháng

6. Hãy điền vào cho đủ các vai trò của vitaminD:

a. Tăng hấp thu canxi tại ruột.

b. Tăng quá trình gắn canxi và phospho vào xương.

c.

7. Hãy điền vào cho đủ 4 triệu chứng rối loạn thần kinh thực vật trong bệnh còi xương:

a. Ra mồ hôi nhiều.

b. Kích thích, khó ngủ.

c. Hay giật mình.

d.

8. Biểu hiện biến dạng xương lồng ngực trong bệnh còi xương gồm:

a. Lồng ngực gà.

b. Rãnh filatop Harrison.

c.

9. Điền đủ 4 nguyên nhân gây còi xương thiếu vitamin D do chế độ ăn:

- a. Nuôi nhân tạo.
- B. Ít thức ăn động vật.
- c. Thức ăn nhiều bột.
- d.

10. Phụ nữ có thai và khi cho con bú, uống vitamin A theo cách nào:

- a. Phụ nữ có thai uống 200.000 đv trong 3 tháng đầu của thời kỳ có thai.
- b. Phụ nữ có thai uống 200.000 đv trong 3 tháng cuối của thời kỳ thai nghén.
- ☒ c. Phụ nữ cho con bú uống 200.000 đv trong tháng đầu sau đẻ.
- ☒ d. Phụ nữ có thai, có triệu chứng nghi ngờ thiếu vitamin A uống 10.000 đv/ngày kéo dài 2 tuần.