

THÔNG TIN CÁ NHÂN



Họ tên: NGUYỄN NGUYỄN BẢO THỰC

Ngày tháng năm sinh: 21/2/1975

Địa chỉ: 457/33 CMT8, Phường 13, Quận 10, TP Hồ Chí Minh

Công ty: CITYCLINIC VIỆT NAM- PK CAREPLUS - FAMILY

Mã số ID bệnh nhân: 15013272

Số điện thoại: 0983866933

Địa chỉ email:

Ngày khám sức khỏe: 19/02/2020

Các bác sĩ tham gia khám bệnh

KHOA KHÁM	TÊN BÁC SỸ
KHÁM NỘI TỔNG QUÁT	Vương Mỹ Ngọc
KHÁM RĂNG	Phan Hữu Quang
KHÁM TAI MŨI HỌNG	Nguyễn Mỹ Ngọc
KHÁM MẮT	Trần Ngọc Nguyên
KHÁM PHỤ KHOA	Phạm Thị Ngọc Tuyết

# TÓM TẮT THÔNG TIN Y KHOA

Ông/bà: **NGUYỄN NGUYỄN BẢO THỰC** đã khám kiểm tra sức khỏe tổng quát tại Phòng khám đa khoa CarePlus. Sau đây là tóm tắt những vấn đề chính và lời khuyên của Bác sỹ:

## TRIỆU CHỨNG HIỆN TẠI:

- Khám sức khỏe định kỳ

## CÁC VẤN ĐỀ CHÍNH:

- Tình trạng cân nặng:**  
- Bình thường
- Huyết áp:**  
- Huyết áp bình thường.
- Đái tháo đường:**  
- Đường huyết đói bình thường
- Chức năng thận:**  
- Chức năng thận bình thường
- Chức năng gan:**  
- Men gan bình thường

### Mỡ trong máu:

	Mức tối ưu (mg/dL)	2020
<i>Cholesterol total</i>	< 200	181.1
<i>Triglyceride</i>	< 150	91.0
<i>HDL-cholesterol</i>	> 40	39.7
<i>LDL-cholesterol</i>	< 130	138.5

**Xét nghiệm viêm gan siêu vi:**  
- HBsAg (-) & Anti-HBs (+) (> 10 mU/mL): miễn dịch đối với virus viêm gan B, hiện tại không cần chích ngừa  
- AntiHCV âm tính: chưa nhiễm virus viêm gan C.

**Xét nghiệm đếm tế bào máu:**  
- Số lượng hồng cầu, bạch cầu, tiểu cầu trong giới hạn bình thường.

### Xét nghiệm nước tiểu:

**Điện tâm đồ:**  
- Nhịp xoang, trục lệch phải. Block nhánh phải hoàn toàn

**X quang phổi:**  
Hình ảnh X-quang tim phổi trong giới hạn bình thường.

**Siêu âm:**  
Nhân xơ tử cung (L5).

### Siêu âm màu Tuyến Vú:

Hiện tại chưa phát hiện bất thường trên siêu âm.

### **Siêu âm màu Tuyến Giáp:**

Hiện tại chưa phát hiện bất thường trên siêu âm.

### **Siêu âm Tim:**

Các buồng tim không to.

Các thành tim không dày

Chức năng co bóp thất trái tốt (EF= 67%)

Không thấy rối loạn vận động vùng

Không thấy tổn thương van tim có ý nghĩa

Không tăng áp động mạch phổi

=> Normal heart ultrasound study / Siêu âm tim bình thường

### **Đo loãng xương:**

- Chỉ số mật độ xương gót chân thấp

### **Khác:**

- Anti-H. Pylori (quick test): Âm tính

- Hormon tuyến giáp TSH, FT4: bình thường.

- Dấu ấn ung thư gan AFP: bình thường.

- Dấu ấn ung thư đại tràng CEA: bình thường.

- Dấu ấn ung thư buồng trứng CA-125: bình thường.

### **Đánh giá/ Kế hoạch:**

1. Rối loạn lipid máu.

2. Chỉ số mật độ xương gót thấp.

3. Block nhánh phải hoàn toàn

4. Nhân xơ tử cung.

### **ĐỀ NGHỊ:**

1. Tăng lipid máu:L

- Tăng cường chế độ ăn giàu chất xơ và rau củ quả...

- Thay thế thịt đỏ (thịt bò, heo) bằng thịt trắng (gà) hoặc cá

- Tránh thức ăn chiên xào, thức ăn nhanh

- Tăng cường hoạt động thể chất và tập thể dục >45 phút, ít nhất 3 lần mỗi tuần

- Tái khám xét nghiệm lipid máu sau 3 tháng

2. Chỉ số mật độ xương gót chân thấp :

- Tăng cường vận động thể thao, phơi nắng sớm tối thiểu 15 phút mỗi ngày, tăng cường uống sữa hoặc các chế phẩm từ sữa như phô mai, yaourt,... , tăng cường rau lá xanh đậm, các loại hạt, hạn chế cà phê, trà đậm

3. Block nhánh phải hoàn toàn:

- Nguyên nhân đa số bẩm sinh, một số ít do bệnh mạch vành, hoặc do có bệnh lý hô hấp mạn.

- Thường không có triệu chứng và không có chỉ định điều trị

- Tái khám nếu có triệu chứng choáng váng, ngất, hồi hộp trống ngực hoặc hụt hơi, khó thở khi gắng sức, ho khò khè kéo dài về đêm..

4. Nhân xơ tử cung:

- Tổn thương thường lành tính, chưa cần điều trị.

- Khám Sản phụ khoa mỗi 6 tháng để kiểm tra.

- Hạn chế ăn các thực phẩm chứa oestrogen như: đậu hũ, sữa đậu nành...

- Tái khám ngay chuyên khoa Sản phụ khoa nếu có triệu chứng rong kinh, rong huyết, đau bụng vùng hạ vị...

### **Các khuyến cáo chung:**

Bạn nên:

- Khám sức khỏe tổng quát mỗi năm.

- Khám răng và vệ sinh răng mỗi 06 tháng.

- Tập thể dục đều đặn 30-45 phút mỗi ngày, ít nhất 3 lần mỗi tuần.

- Giữ gìn vệ sinh ăn uống, uống nước đun sôi và ăn thức ăn nấu chín để tránh nhiễm trùng tiêu hóa.

- Sổ giun định kì mỗi 06 tháng.

- Hạn chế tối đa rượu bia.

- Tư vấn với Bác sĩ về vấn đề tiêm vaccine phòng các bệnh thường gặp: viêm gan siêu vi B, cúm, uốn ván, thủy đậu, viêm phổi phế cầu, sởi- quai bị- rubella...

### **Phân loại sức khỏe:**

II

Ngày: 19/02/2020

Bác sỹ khám và ký tên:

# TIỀN SỬ BỆNH LÝ

**Tiền sử cá nhân:**  
Đau 1/2 đầu Migrain

**Tiền sử gia đình:**  
Ba: ĐTĐ- THA  
Mẹ: THA- ĐTĐ

**Tiền sử phẫu thuật:**  
Cắt Amidan lúc nhỏ

**Thói quen:**  
- Rượu bia: không  
- Coffee: không

**Khác:**

# THÔNG SỐ CƠ THỂ

		Chỉ số bình thường
Chiều cao	159.00	
Cân nặng	49.00	
Chỉ số khối cơ thể BMI	19.40	Châu Á: 18.5 - 22.9 Phương Tây: 18.5 – 24.9
Vòng eo		Châu Á: < 80cm Phương Tây: <88cm
Huyết áp:	100/60	
Nhịp tim	80	

# KHÁM LÂM SÀNG

**Đầu mặt cổ:**  
Củng mạc mắt không vàng. Niêm hồng.  
Hạch cổ không sờ chạm.  
Tuyến giáp không sờ chạm.

**Hệ tim mạch:**  
Mạch cảnh mềm mại, không âm thổi.  
Mạch quay và mạch mu chân sờ rõ.  
Mỏm tim liên sườn V đường trung đòn.  
Tim đều. Không nghe âm thổi.

**Hệ hô hấp:**  
Rì rào phế nang rõ.  
Lồng ngực cân đối.  
Phổi không nghe rales bệnh lý.

**Khám bụng:**  
Bụng mềm, không điểm đau khu trú.  
Gan lách không sờ chạm.

**Hệ thần kinh:**  
Không dấu thần kinh định vị, không yếu liệt.

**Hệ cơ xương:**  
Các khớp không sưng, không đau.  
Phản xạ gân xương bình thường.  
Trương lực cơ bình thường.

**Khác:**  
Khám lâm sàng chưa ghi nhận bất thường

# KHÁM TAI MŨI HỌNG

**Tiền sử:**

- GERD

**Tai:**

- Ống tai ngoài thông thoáng. Màng nhĩ nguyên vẹn, tam giác sáng còn, hòm nhĩ không đọng dịch.

**Mũi:**

- Niêm mạc mũi hồng, các khe mũi thoáng

**Họng:**

- Thành sau họng nề đỏ nhẹ

**Cảm nghĩ:**

- Hiện chưa có dấu hiệu bệnh lý Tai Mũi Họng.

**ĐỀ NGHỊ:**

- Hạn chế thức ăn nhiều dầu mỡ, chua, cay, chất kích thích như rượu, bia, cà phê, thức uống có gas...
- Tránh ăn quá no
- Kiểm tra sức khỏe định kì 1 năm / lần.

Ngày: 19/02/2020

Bác sỹ khám và ký tên:

# KHÁM MẮT

	Mắt phải	Mắt trái
Có kính		
Không kính	5/10	8/10

**Nhìn màu:**  
Không mù màu

**Khám:**  
Khám 2 mắt:  
- Da mi bình thường.  
- Kết mạc không cương tụ.  
- Giác mạc trong.  
- PXAS (+), đồng tử 3mm.  
- Thủy tinh thể trong.  
- Vận nhãn bình thường.

**Cảm nghĩ:**  
2M: Tật khúc xạ.

**ĐỀ NGHỊ:**  
- Khám mắt định kỳ mỗi 6-12 tháng.  
- Đeo kính có độ khúc xạ phù hợp.

Ngày: 19/02/2020

Bác sỹ khám và ký tên:



# KHÁM PHỤ KHOA

**Khám Phụ khoa:**

Sắp hành kinh, có huyết nâu, hẹn sạch kinh 5 ngày làm pap  
Siêu âm bụng: thành trước đoạn thân trong cơ và dưới thanh mạc có nhân xơ echo kém, d# 20x18x20 mm

**Khám vú:**

**Cảm nghĩ:**

**ĐỀ NGHỊ:**

Ngày: 19/02/2020

Bác sỹ khám và ký tên:

# KHÁM RĂNG

**Sức nhai:**  
90%

**Mô tả:**  
Vôi răng  
Mất R35 khít kẽ  
R46 sút miềng trám mặt nhai

**Cảm nghĩ:**  
Viêm nướu  
R46 sút miềng trám mặt nhai

**ĐỀ NGHỊ:**  
Cạo vôi răng  
Trám răng 46  
Tái khám răng miệng định kỳ 6 tháng

Ngày: 19/02/2020

Bác sỹ khám và ký tên: