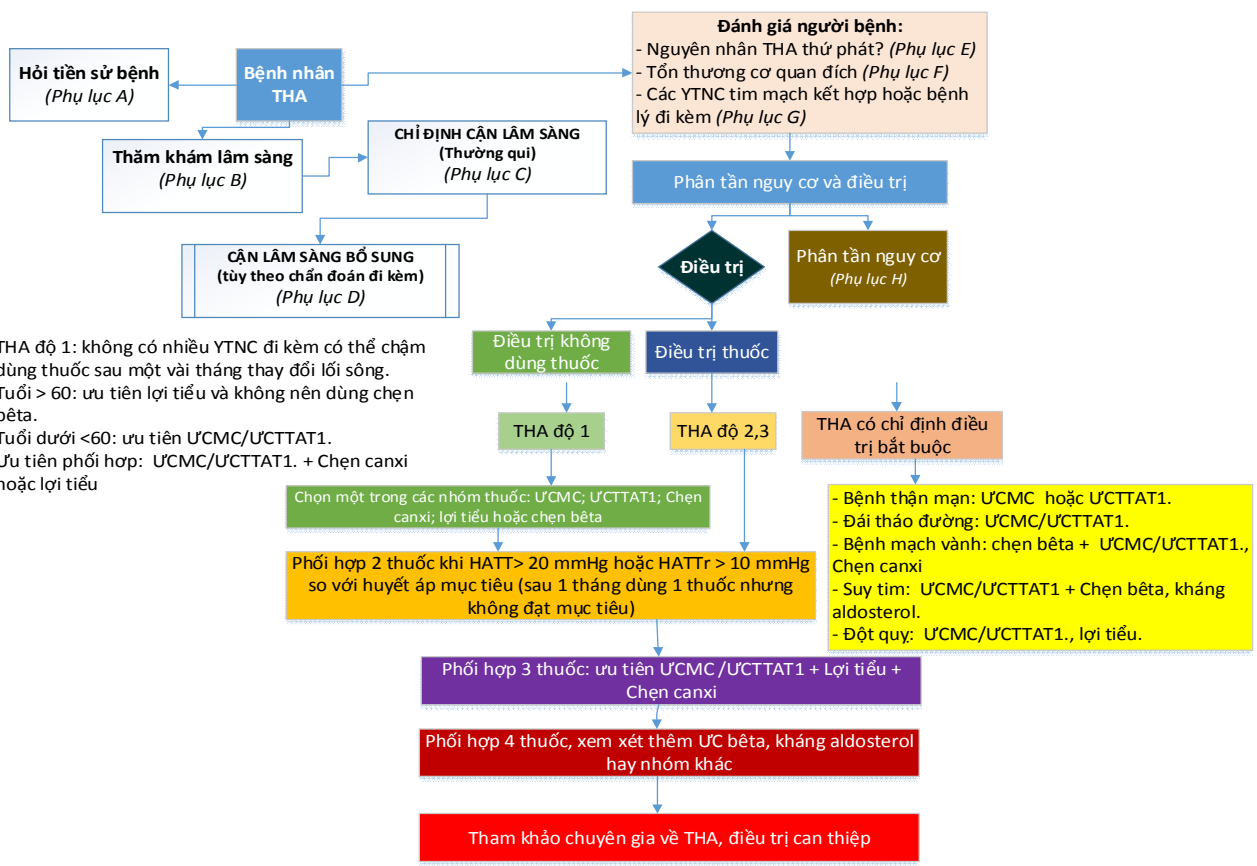


<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <span style="font-size: 24px;">Logo</span> </div> <p style="font-weight: bold; margin-top: 10px;">                     QUY TRÌNH CHUYÊN MÔN KCB                      CHẨN ĐOÁN VÀ ĐIỀU TRỊ                      TĂNG HUYẾT ÁP                 </p>	Họ và tên NB: ..... Ngày sinh: ..... Giới: ..... Địa chỉ: ..... Số phòng: ..... Số giường: ..... Mã NB/Số HSBA: .....
---	---

Lưu ý: Đánh dấu sự lựa chọn (“✓” : có/ “X” : không) vào ô . Khoang tròn  nếu lựa chọn nội dung;  
 (X) xem thêm chi tiết nội dung trong phụ lục x tương ứng.

1. ĐÁNH GIÁ TRƯỚC KHI VÀO QUY TRÌNH		
<b>Tiêu chuẩn đưa vào:</b>	<input type="checkbox"/> Không có tổn thương cơ quan đích: HA ≥ 140/90 mmHg được đo ít nhất 3 lần. <input type="checkbox"/> Có tổn thương cơ quan đích: HA ≥ 140/90 mmHg (chỉ đo 1 lần) <input type="checkbox"/> HA ≥ 180/100 mmHg.	<input type="checkbox"/> Đo huyết áp tại nhà, HA trung bình ít nhất 5 lần đo ≥ 135/85 mmHg. <input type="checkbox"/> Đo huyết áp kế lưu động 24h HA ≥ 135/85 mmHg.
<b>Tiêu chuẩn loại ra:</b>	<input type="checkbox"/> Bệnh nhân không tiền sử THA hoặc HA bình thường qua nhiều lần đo. <input type="checkbox"/> Tiền tăng huyết áp phân loại theo JNC 7 hoặc ESC 2013	<input type="checkbox"/> Tăng huyết áp cấp cứu phải dùng thuốc điều trị THA đường tĩnh mạch (có quy trình xử trí riêng). <input type="checkbox"/> THA phụ nữ có thai
<b>Tiền sử:</b>	<input type="checkbox"/> Tiền sử dị ứng	Ghi rõ: .....

## 2. QUY TRÌNH CHẨN ĐOÁN VÀ XỬ TRÍ



<b>3. NGUYÊN TẮC ĐIỀU TRỊ</b>			
<input type="checkbox"/> Điều trị nguyên nhân (nếu có).	<b>Mục tiêu điều trị THA</b> <input type="checkbox"/> THA > 18 tuổi: HA < 140/90 mmHg. <input type="checkbox"/> THA > 80 tuổi: HA < 150/90 mmHg <input type="checkbox"/> Đái tháo đường, bệnh thận mạn: HA < 140/90 mmHg	<b>Điều trị thuốc khi:</b> <input type="checkbox"/> Người $\geq$ 60 tuổi có HA $\geq$ 150/90 mmHg, nếu có bệnh thận mạn (BTM) hoặc đái tháo đường (ĐTĐ) HA $\geq$ 140/90 <input type="checkbox"/> Người $\leq$ 60 tuổi bao gồm bệnh thận mạn và ĐTĐ điều trị khi HA $\geq$ 140/90. <input type="checkbox"/> Bắt đầu 2 loại thuốc khi HA $\geq$ 160/100	<b>Các nhóm thuốc điều trị:</b> <input type="checkbox"/> UCMC/UCTTAT1 <input type="checkbox"/> Chẹn kênh Canxi <input type="checkbox"/> Lợi tiểu Thiazide <input type="checkbox"/> Chẹn Beta được chỉ định trong một số trường hợp bắt buộc.
<input type="checkbox"/> Kiểm soát lối sống là xuyên suốt trong quá trình điều trị.	<input type="checkbox"/> Không phối hợp UCMC với UCTTAT1. <input type="checkbox"/> Kháng aldosterol không dùng trong bệnh thận mạn đặc biệt phối hợp cùng UCMC/UCTTAT1.	<input type="checkbox"/> Liệu pháp hormon thay thế không được khuyến cáo trong dự phòng bệnh tim mạch nguyên phát hoặc thứ phát. <input type="checkbox"/> Phụ nữ tuổi sinh đẻ không dùng UCMC/UCTTAT1.	<input type="checkbox"/> Không điều trị hạ HA thường qui trong 3 – 7 ngày đầu sau đột quy cấp. <input type="checkbox"/> Không điều trị khi HA bình thường cao có Hội chứng chuyển hóa.

<b>4. XỬ TRÍ CẤP CỨU</b>		
■ Có (Hoàn thành bảng bên dưới) ■ Không		
Dấu hiệu	Xử trí	
<b>Phân loại A</b> <input type="checkbox"/> HA $\geq$ 180/110 mmHg <input type="checkbox"/> Triệu chứng do HA tăng <input type="checkbox"/> Tuổi <input type="checkbox"/> Tiền sử tổn thương cơ quan đích. <input type="checkbox"/> Đái Tháo đường <input type="checkbox"/> Bệnh thận mạn	Thuốc hạ huyết áp <input type="checkbox"/> Lợi tiểu thiazide <input type="checkbox"/> UCMC/UCTT <input type="checkbox"/> Chẹn kênh canxi <input type="checkbox"/> Nhóm thuốc HA khác ..... .....	<input type="checkbox"/> Thuốc điều trị triệu chứng: ..... ..... <input type="checkbox"/> Theo dõi HA sau ..... giờ
<b>Phân loại B</b> <input type="checkbox"/> 140/90 mmHg $\leq$ HA $\geq$ 160/100 mmHg <input type="checkbox"/> Triệu chứng do HA tăng <input type="checkbox"/> Tuổi <input type="checkbox"/> Tiền sử tổn thương cơ quan đích. <input type="checkbox"/> Đái Tháo đường <input type="checkbox"/> Bệnh thận mạn	Thuốc hạ huyết áp <input type="checkbox"/> Lợi tiểu thiazide <input type="checkbox"/> UCMC/UCTT <input type="checkbox"/> Chẹn kênh canxi <input type="checkbox"/> Nhóm thuốc HA khác ..... .....	<input type="checkbox"/> Thuốc điều trị triệu chứng: ..... ..... <input type="checkbox"/> Theo dõi HA sau ..... giờ
<b>Phân loại C</b> <input type="checkbox"/> HA $\leq$ 140/90 mmHg <input type="checkbox"/> Triệu chứng do HA tăng <input type="checkbox"/> Tuổi <input type="checkbox"/> Tiền sử tổn thương cơ quan đích. <input type="checkbox"/> Đái Tháo đường <input type="checkbox"/> Bệnh thận mạn	Thuốc hạ huyết áp <input type="checkbox"/> Lợi tiểu thiazide <input type="checkbox"/> UCMC/UCTT <input type="checkbox"/> Chẹn kênh canxi <input type="checkbox"/> Nhóm thuốc HA khác ..... .....	<input type="checkbox"/> Thuốc điều trị triệu chứng: ..... ..... <input type="checkbox"/> Theo dõi HA sau ..... giờ
<b>Trường hợp khẩn cấp</b> <input type="checkbox"/> Tăng HA cấp cứu HATTr > 180 – 220/120 mmHg có tổn thương cơ quan đích tiến triển như: <input type="checkbox"/> Phù phổi cấp <input type="checkbox"/> Hội chứng mạch vành cấp <input type="checkbox"/> Suy thận cấp <input type="checkbox"/> Con THA liên quan u tủy thượng thận <input type="checkbox"/> Phình bóc tách động mạch chủ <input type="checkbox"/> Bệnh não do THA <input type="checkbox"/> Xuất huyết não	<input type="checkbox"/> Điều trị tại khoa Hồi sức tích cực.	

<b>Nhóm thuốc hạ HA:</b>			
<b>Lợi tiểu:</b> <input type="checkbox"/> Hydrochloro Thiazide: 12.5 – 50 mg/ngày. <input type="checkbox"/> Indapamide: 1.25 – 2.5 mg/ngày	<b>Chẹn Canxi:</b> <input type="checkbox"/> Amlodipine: 2.5 – 10 mg/ngày. <input type="checkbox"/> Felodipine: 2.5 – 10 mg/ngày <input type="checkbox"/> Nifedipine: 30 – 90 mg/ngày <input type="checkbox"/> Lecardipine: 10 – 20 mg/ngày <input type="checkbox"/> Diltiazem: 120 – 360 mg/ngày <input type="checkbox"/> Verapamil: 120 – 480 mg/ngày	<b>Ức chế men chuyển:</b> <input type="checkbox"/> Captopril: 12.5 đến 100 mg/ngày <input type="checkbox"/> Enalapril: 5 – 40 mg/ngày <input type="checkbox"/> Lisinopril: 5 – 40 mg/ngày <input type="checkbox"/> Peridopril: 4 – 8 mg/ngày <input type="checkbox"/> Imidapril: 2.5 – 10 mg/ngày	<b>Ức chế thụ thể AT1:</b> <input type="checkbox"/> Losartan: 50 – 100 mg/ngày <input type="checkbox"/> Telmisartan: 40 – 80 mg/ngày <input type="checkbox"/> Irbesartan: 150 – 300 mg/ngày <input type="checkbox"/> Valsartan: 80 – 320 mg/ngày <input type="checkbox"/> Candesartan: 4 – 32 mg/ngày <input type="checkbox"/> Olmesartan: 10 – 40 mg/ngày
<b>Chẹn Beta:</b> <input type="checkbox"/> Atenolol: 25 – 100 mg/ngày <input type="checkbox"/> Bisoprolol: 5 – 10 mg/ngày <input type="checkbox"/> Carvedilol: 3.125 - 25 mg/ngày x 2 <input type="checkbox"/> Nebivolol: 2.5 – 10 mg/ngày <input type="checkbox"/> Metoprolol succinate: 25 – 100 mg/ngày <input type="checkbox"/> Metoprolol tartrate: 25 – 100 mg/ngày x 2. <input type="checkbox"/> Labetalol: 100 – 300mg/ngày x 2			

### 5. CHẨN ĐOÁN VÀ PHÂN LOẠI (VÍ DỤ)

#### Chẩn đoán

<b>Tăng huyết áp nguyên phát</b>	<b>Tăng huyết áp thứ phát</b>
<input type="checkbox"/> Nhóm triệu chứng do HA tăng: như nhức đầu vùng chẩm sau khi thức dậy, chóng mặt, hồi hộp, mau mệt mỏi. <input type="checkbox"/> Nhóm triệu chứng mạch máu do THA: chảy máu mũi, nhìn lóa do tổn thương đáy mắt; đau ngực do bóc tách động mạch chủ ngực, đau thắt ngực mạch vành, chóng mặt tư thế.	<input type="checkbox"/> Nhức đầu từng cơn kèm hồi hộp đánh trống ngực, đỏ bừng mặt trong u tủy thượng thận <input type="checkbox"/> Yếu cơ, hạ kali máu trong bệnh Cohn <input type="checkbox"/> Tiền sử bệnh thận mạn đang điều trị hoặc lọc máu. <input type="checkbox"/> .....

#### Phân độ tăng huyết áp

<b>Tăng huyết áp độ 1</b>	<b>Tăng huyết áp độ 2</b>	<b>Tăng huyết áp độ 3</b>
<input type="checkbox"/> HATT ≥ 140 – 159 mmHg và/hoặc <input type="checkbox"/> HATTr ≥ 90 – 99 mmHg	<input type="checkbox"/> HATT ≥ 160 – 179 mmHg và/hoặc <input type="checkbox"/> HATTr ≥ 100 – 109 mmHg	<input type="checkbox"/> HATT ≥ 180 mmHg và/hoặc <input type="checkbox"/> HATTr ≥ 110 mmHg
<input type="checkbox"/> Tăng HA tâm thu đơn độc: HATT ≥ 140 mmHg và HATTr < 90 mmHg		

#### Phân tầng nguy cơ

<b>Nguy cơ thấp</b>	<b>Nguy cơ trung bình</b>	<b>Nguy cơ cao</b>	<b>Nguy cơ rất cao</b>
<input type="checkbox"/> HA 130 – 139/85 – 89 mmHg chỉ có 1 - 2 YTNC tim mạch. <input type="checkbox"/> HA 140 – 159/90 – 99 mmHg không có YTNC tim mạch.	<input type="checkbox"/> HA 130 – 139/85 – 89 mmHg chỉ có ≥ 3 YTNC tim mạch hoặc có TTCQĐ hoặc BTM giai đoạn 3 hoặc ĐTĐ <input type="checkbox"/> HA 140 – 159/90 – 99 mmHg có 1 – 2 YTNC tim mạch hoặc có ≥ 3 YTNC tim mạch. <input type="checkbox"/> HA 160 – 179/100 – 109 mmHg không có YTNC tim mạch hoặc có 1 – 2 YTNC	<input type="checkbox"/> HA 140 – 159/90 – 99 mmHg có TTCQĐ hoặc BTM giai đoạn 3 hoặc ĐTĐ. <input type="checkbox"/> HA 160 – 179/100 – 109 mmHg ≥ 3 YTNC hoặc có TTCQĐ hoặc BTM giai đoạn 3 hoặc ĐTĐ. <input type="checkbox"/> HA ≥ 180/110 mmHg.	<input type="checkbox"/> Bệnh tim mạch có triệu chứng <input type="checkbox"/> Bệnh thận mạn giai đoạn 4 <input type="checkbox"/> Đái tháo đường có tổn thương cơ quan đích <input type="checkbox"/> HA ≥ 180/110 mmHg hoặc có TTCQĐ hoặc BTM giai đoạn 3 hoặc ĐTĐ.

#### Tổn thương cơ quan đích

<b>Não</b>	<b>Tim</b>	<b>Thận</b>	<b>Mạch máu ngoại biên</b>	<b>Mắt</b>
<input type="checkbox"/> Đột quỵ <input type="checkbox"/> Con thoáng thiếu máu não <input type="checkbox"/> Suy giảm trí nhớ	<input type="checkbox"/> Dày thất trái <input type="checkbox"/> Suy tim <input type="checkbox"/> Bệnh mạch vành	<input type="checkbox"/> Đạm niệu <input type="checkbox"/> GFR ≤ 60 ml/phút/1.73 m <sup>2</sup> da.	<input type="checkbox"/> Bệnh động mạch ngoại biên <input type="checkbox"/> Phình, bóc tách động mạch chủ	<input type="checkbox"/> Bệnh võng mạc mắt do THA

<b>6. DIỄN TIẾN BỆNH VÀ XỬ TRÍ</b>					
<b>Dấu hiệu</b>	<b>N1</b> ...../...../.....	<b>N2</b> ...../...../.....	<b>N3</b> ...../...../.....	<b>N4</b> ...../...../.....	<b>N5</b> ...../...../.....
<b>Lâm sàng</b>					
HA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nhức đầu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chóng mặt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hồi hộp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Đau ngực	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Khó thở	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Cận lâm sàng</b>					
Ure, Creatinin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
AST; ALT	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ion đồ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Đường huyết	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bilan lipid máu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tổng phân tích nước tiểu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tổng phân tích tế bào máu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X - quang tim phổi thẳng	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Điện tâm đồ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siêu âm tim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Đo vận tốc sóng mạch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siêu âm mạch máu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chụp Ctscanner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chụp đáy mắt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Holter HA 24h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Holter ECG 24h	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Điều trị</b>					
Lợi tiểu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ỨCMC/ỨCTTAT1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chẹn kênh canxi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chẹn Beta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nhóm hạ HA khác:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lợi tiểu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Thuốc điều trị triệu chứng	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Theo dõi</b>					
Sinh hiệu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Triệu chứng	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Chế độ ăn nhạt</b>					
Cơm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cháo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sữa, súp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Chế độ chăm sóc</b>					
Cấp 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cấp 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cấp 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. XUẤT VIỆN			
<b>Tiêu chuẩn xuất viện</b>	<input type="checkbox"/> Các triệu chứng cải thiện <input type="checkbox"/> Không biến chứng tổn thương cơ quan đích hoặc những tổn thương đã ổn định, không tiến triển thêm <input type="checkbox"/> HA đạt mục tiêu <input type="checkbox"/> BN đã được hướng dẫn chế độ điều trị, chăm sóc tại nhà phù hợp		
<b>Tình trạng xuất viện</b>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;"> <input type="checkbox"/> Ổn định không di chứng  <input type="checkbox"/> Di chứng sau xuất viện  <input type="checkbox"/> Không thay đổi so với trước nhập viện  <input type="checkbox"/> Tử vong hoặc bệnh nặng xin về               </td> <td style="width: 30%;"> <input type="checkbox"/> Kết thúc quy trình  <input type="checkbox"/> Ra khỏi quy trình               </td> </tr> </table>	<input type="checkbox"/> Ổn định không di chứng <input type="checkbox"/> Di chứng sau xuất viện <input type="checkbox"/> Không thay đổi so với trước nhập viện <input type="checkbox"/> Tử vong hoặc bệnh nặng xin về	<input type="checkbox"/> Kết thúc quy trình <input type="checkbox"/> Ra khỏi quy trình
<input type="checkbox"/> Ổn định không di chứng <input type="checkbox"/> Di chứng sau xuất viện <input type="checkbox"/> Không thay đổi so với trước nhập viện <input type="checkbox"/> Tử vong hoặc bệnh nặng xin về	<input type="checkbox"/> Kết thúc quy trình <input type="checkbox"/> Ra khỏi quy trình		
<b>Hướng điều trị tiếp theo</b>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <b>Điều trị tiếp tục theo các thuốc:</b>  <input type="checkbox"/> Lợi tiểu thiazide  <input type="checkbox"/> UCMC/UCTT  <input type="checkbox"/> Chẹn kênh canxi  <input type="checkbox"/> Nhóm thuốc HA khác               </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <b>Điều trị không dùng thuốc:</b>  <input type="checkbox"/> Tập thể dục  <input type="checkbox"/> Giảm cân  <input type="checkbox"/> Ăn nhiều rau củ  <input type="checkbox"/> Ăn nhạt  <input type="checkbox"/> Lưu ý khác: .....               </td> </tr> </table>	<b>Điều trị tiếp tục theo các thuốc:</b> <input type="checkbox"/> Lợi tiểu thiazide <input type="checkbox"/> UCMC/UCTT <input type="checkbox"/> Chẹn kênh canxi <input type="checkbox"/> Nhóm thuốc HA khác	<b>Điều trị không dùng thuốc:</b> <input type="checkbox"/> Tập thể dục <input type="checkbox"/> Giảm cân <input type="checkbox"/> Ăn nhiều rau củ <input type="checkbox"/> Ăn nhạt <input type="checkbox"/> Lưu ý khác: .....
	<b>Điều trị tiếp tục theo các thuốc:</b> <input type="checkbox"/> Lợi tiểu thiazide <input type="checkbox"/> UCMC/UCTT <input type="checkbox"/> Chẹn kênh canxi <input type="checkbox"/> Nhóm thuốc HA khác	<b>Điều trị không dùng thuốc:</b> <input type="checkbox"/> Tập thể dục <input type="checkbox"/> Giảm cân <input type="checkbox"/> Ăn nhiều rau củ <input type="checkbox"/> Ăn nhạt <input type="checkbox"/> Lưu ý khác: .....	
Số ngày điều trị: .....			
8. QUẢN LÝ VÀ TƯ VẤN BỆNH NHÂN			
<input type="checkbox"/> Giáo dục người bệnh	<input type="checkbox"/> Khuyến khích BN đo HA tại nhà. <input type="checkbox"/> Thảo luận với BN về phương pháp tối ưu để kiểm soát HA. <input type="checkbox"/> Hướng dẫn BN tuân thủ điều trị <input type="checkbox"/> Chú ý vấn đề tập quán thói quen có thể ảnh hưởng đến sự tuân trị của người bệnh		
<input type="checkbox"/> Hướng dẫn thay đổi lối sống	<input type="checkbox"/> Lượng muối ăn vào: hạn chế 5 – 6 g/ngày <input type="checkbox"/> Thức uống có cồn: Nam < 20 – 30 g/ngày; nữ < 10 – 20 g/ngày. <input type="checkbox"/> BMI cần đạt: dưới 23 Kg/m <sup>2</sup> . <input type="checkbox"/> Vòng eo: Nam < 90 cm; Nữ < 80 cm. <input type="checkbox"/> Tập luyện: ≥ 30 phút/ngày từ 5 – 7 ngày/tuần. <input type="checkbox"/> Không hút thuốc, tránh xa khói thuốc. <input type="checkbox"/> Hằng ngày ăn nhiều rau, củ, trái cây, ít chất béo, thay chất béo bão hòa thành chất béo không bão hòa; tăng ăn cá có dầu.		

**9. PHỤ LỤC****Phụ lục A: Hồi tiền sử bệnh**

- Mức độ, thời gian bị THA
- Thuốc điều trị tại nhà
- Triệu chứng THA thứ phát (như đau, hồi hộp, yếu cơ, tê bì...)
- Lối sống (hút thuốc, rượu, ăn mặn...)
- Tiền sử dùng thuốc
- Tiền sử tổn thương cơ quan đích
- Tiền sử gia đình

**Phụ lục B: Thăm khám lâm sàng**

- Đo HA cả hai tay
- Soi đáy mắt
- Tính BMI và vòng eo
- Nhịp tim lúc nghỉ
- Nghe âm thổi tim, mạch máu
- Khám tim, phổi, tuyến giáp
- Khám bụng
- Đo ABI
- Khám thần kinh

**Phụ lục C: Chỉ định cận lâm sàng**

- Công thức máu toàn phần
- Chức năng thận
- Đường huyết đói
- Ion đồ
- Acid uric máu
- Bilan lipid máu
- X quang tim phổi thẳng
- Điện tâm đồ
- Tổng phân tích nước tiểu
- CLS bổ sung

**Phụ lục D: Cận lâm sàng bổ sung (tùy theo chẩn đoán đi kèm)**

- HbA1c (nếu nghi ngờ ĐTD hoặc có tiền sử ĐTD).
- Siêu âm tim
- Holter HA 24h
- Holter ECG 24h nếu có loạn nhịp tim
- Siêu âm mạch máu: ĐM cảnh và/hoặc mạch máu ngoại biên/bụng
- Đo vận tốc sóng mạch
- Định lượng protein niệu.
- Chụp cắt lớp vi tính sọ não
- Chụp đáy mắt

**Phụ lục E: Nguyên nhân THA thứ phát**

1. Bệnh thận mạn
2. Dùng corticoid lâu ngày và hội chứng Cushing.
3. Hẹp eo động mạch chủ.
4. Béo phì
5. Ứ tủy thượng thận
6. Cường Aldosteron nguyên phát.
7. Hẹp mạch máu thận.
8. Hội chứng ngưng thở khi ngủ.
9. Bệnh lý tuyến giáp

**Phụ lục F: Tổn thương cơ quan đích của THA**

1. Tim: phì đại thất trái; suy tim, bệnh mạch vành.
2. Não: đột quỵ, TIA, giảm trí nhớ.
3. Thận: bệnh thận mạn
4. Mạch máu ngoại vi: bệnh mạch máu ngoại vi.
5. Mắt: bệnh võng mạc

**Phụ lục G: Các yếu tố nguy cơ tim mạch**

1. Hút thuốc lá.
2. Rối loạn lipid máu
3. Béo phì, béo phì trung tâm
4. Đái tháo đường
5. Giới nam
6. Tuổi: Nam > 55, nữ > 65
7. Tiền sử gia đình mắc bệnh tim mạch sớm: Nam < 55; nữ < 65.

**Phụ lục H: Phân Tầng nguy cơ THA**

Huyết áp (mmHg)	Không YTNC	1 – 2 YTNC	≥ 3 YTNC	TTCQĐ; BTM gđ 3 hoặc ĐTD	Bệnh tim mạch có triệu chứng; BTM gđ 4; ĐTD có TTCQĐ
HATT 130 – 139 hoặc HATTr 85 - 89		Thấp	Thấp đến trung bình	Trung bình đến cao	Rất cao
HATT 140 – 159 hoặc HATTr 90 - 99	Thấp	Trung bình	Trung bình đến cao	Cao	Rất cao
HATT 160 – 179 hoặc HATTr 100 - 109	Trung bình	Trung bình đến cao	Cao	Cao	Rất cao
HATT ≥180 hoặc HATTr ≥ 110	Cao	Cao	Cao	Cao đến rất cao	Rất cao

Chú thích: HATT: huyết áp tâm thu; HATTr: Huyết áp tâm trương; YTNC: yếu tố nguy cơ tim mạch; TTCQĐ: Tổn thương cơ quan đích; BTM: Bệnh thận mạn; GĐ: giai đoạn; ĐTD: đái tháo đường

**Phụ lục F: Thay đổi lối sống**

1. Bỏ thuốc lá.
2. Giảm rượu
3. Tập thể dục thường xuyên
4. Giảm cân.
5. Giảm lượng muối Na ăn vào.
6. Chế độ ăn nhiều rau, củ, quả, thực phẩm ít béo, cá để giảm lượng béo bão hòa và cholesterol.