

KHẨU PHẦN ĂN CỦA HỌC SINH DÂN TỘC THIỂU SỐ TẠI HAI TRƯỜNG PHỔ THÔNG DÂN TỘC NỘI TRÚ TRUNG HỌC CƠ SỞ TỈNH YÊN BÁI

Trương Thị Thùy Dương¹, Trần Thị Hồng Vân²,
Trần Thị Huyền Trang³, Nguyễn Thị Thanh Tâm⁴

TÓM TẮT

Mục tiêu: Đánh giá khẩu phần ăn của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở thuộc tỉnh Yên Bái năm 2019. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu được tiến hành trên 535 học sinh dân tộc thiểu số và khẩu phần ăn của các em tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở của tỉnh Yên Bái với phương pháp mô tả, thiết kế cắt ngang. Sử dụng bộ câu hỏi điều tra được thiết kế sẵn để thu thập các thông tin về nhân khẩu học, tần suất tiêu thụ thực phẩm. Sử dụng phương pháp cân đong thực phẩm để thu thập các thông tin về khẩu phần ăn của học sinh. **Kết quả nghiên cứu:** Tổng năng lượng khẩu phần ăn của học sinh tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở đáp ứng được nhu cầu khuyến nghị. Năng lượng do protein, lipid, glucid cung cấp lần lượt là 13,9%, 21,4%, 64,7% và cung cấp đủ so với nhu cầu khuyến nghị. Tuy nhiên tỷ lệ giữa 3 chất sinh năng lượng (13,9: 21,4: 64,7) chưa cân đối so với nhu cầu khuyến nghị của Viện Dinh dưỡng năm 2016 (14: 20: 66). Các chất không sinh năng lượng và chất xơ đa phần cung cấp thiếu so với nhu cầu khuyến nghị, tỷ lệ Canxi/Phospho không hợp lý, chỉ có kẽm, vitamin B1, B3 đáp ứng đủ nhu cầu của cơ thể. **Kết luận:** Khẩu phần ăn của học sinh tại hai trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở đã cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng sinh năng lượng. Tuy nhiên các chất dinh dưỡng không sinh năng lượng vẫn chưa cân đối, hợp lý.

Từ khóa: Học sinh, dân tộc thiểu số, khẩu phần ăn, trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở, huyện Yên Bình, huyện Trấn Yên, tỉnh Yên Bái.

SUMMARY

THE DIETARY INTAKE OF ETHNIC MINORITY STUDENTS AT TWO ETHNIC BOARDING JUNIOR SECONDARY SCHOOLS IN YEN BAI PROVINCE

Objective: To assess the dietary intake of ethnic minority students at two ethnic boarding junior secondary schools in Yen Bai province in 2019. **Subjects and research methods:** The study was conducted on 535 ethnic minority students at 2 ethnic boarding junior secondary schools in Yen Bai province with descriptive method, cross-sectional design. Using a pre-designed survey questionnaire to collect

information on demographics and frequency of food consumption. Using the food weight method to collect information about student portion sizes. **Research results:** Total dietary energy of students at two ethnic boarding junior secondary schools met the recommended needs. The energy provided by protein, lipid, and glucid was 13,9%, 21,4%, and glucid 64,7%, respectively, and provides enough compared to the recommended needs. However, the rate between the three energy-producing substances (13,9: 21,4: 64,7) was not balanced compared to the needs recommended by the Institute of Nutrition in 2016 (14: 20: 66). Non-energy-producing substances and fiber mostly provided less than the recommended needs. The rate of calcium/phosphorus was not reasonable. Only zinc, vitamins B1, B3 met the body's needs. **Conclusion:** The dietary intake of students at two ethnic minority boarding schools in lower secondary schools provided a relatively adequate supply of energy-producing nutrients. However, the nutrients that do not produce energy was still not balanced and reasonable.

Keywords: Students, ethnic minorities, dietary intake, ethnic boarding junior secondary schools, Yen Binh district, Tran Yen district, Yen Bai province.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ở giai đoạn tiền dậy thì và dậy thì, trẻ có sự phát triển rất nhanh cả về thể chất lẫn tinh thần. Chế độ dinh dưỡng đa dạng, cung cấp đầy đủ các chất như protein, lipid, glucid, vitamin và chất khoáng là một trong những yếu tố quan trọng tác động trực tiếp đến sự phát triển này của trẻ. Vì vậy, việc đánh giá khẩu phần ăn sẽ giúp các nhà khoa học có cơ sở xây dựng được một khẩu phần ăn cân đối, phù hợp với sự phát triển của trẻ ở từng nhóm tuổi góp phần thúc đẩy sự phát triển toàn diện của trẻ ở độ tuổi này [3], [5].

Nước ta đã có những nghiên cứu về khẩu phần ăn trên nhóm đối tượng học sinh trung học cơ sở: nghiên cứu của Đào Thị Ngọc Trâm và Cộng sự (2018) cho thấy: lượng protein tiêu thụ của nhóm 11 tuổi và nhóm nam 12-14 tuổi vượt quá nhu cầu khuyến nghị.; lượng canxi tiêu thụ của các học sinh rất thấp, hầu hết là dưới 50,0% so với nhu cầu khuyến nghị [5]. Nghiên cứu của tác giả Nguyễn Văn Toán và cộng sự trên đối tượng học sinh tại bốn trường trung học cơ sở thuộc thành phố Bắc Giang năm 2013 cho thấy tỷ lệ cân đối giữa 3 chất sinh năng lượng P: L: G lần lượt là 17,3 : 24,3 : 58,5 và chưa cân đối so với cầu khuyến nghị [6]. Tuy nhiên, những

*Trường Đại học Y Dược, Đại học Thái Nguyên
Chịu trách nhiệm chính: Trương Thị Thùy Dương
Email: duonghuyanhphuong8888@gmail.com
Ngày nhận bài: 17.5.2021
Ngày phản biện khoa học: 2.7.2021
Ngày duyệt bài: 15.7.2021

ngiên cứu về vấn đề này trên đối tượng học sinh trung học cơ sở người dân tộc thiểu số còn hạn chế.

Yên Bái là tỉnh thuộc khu vực miền núi phía Bắc trong đó tập trung chủ yếu là các dân tộc: Tày, Dao, Cao Lan,... Các nghiên cứu về khẩu phần ăn của học sinh trung học cơ sở nơi đây còn khiêm tốn. Do vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài nhằm mục tiêu: *Đánh giá khẩu phần ăn của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở thuộc tỉnh Yên Bái năm 2019.*

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu. Học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở (PTDTNT THCS) của tỉnh Yên Bái. Khẩu phần ăn của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường.

2.2. Địa điểm và thời gian nghiên cứu

Địa điểm: Trường PTDTNT THCS huyện Yên Bình và Trấn Yên, tỉnh Yên Bái.

Thời gian: Từ tháng 9 năm 2019 đến tháng 1 năm 2020.

2.3. Phương pháp nghiên cứu

2.3.1. Thiết kế nghiên cứu. Nghiên cứu được tiến hành theo phương pháp mô tả, thiết kế cắt ngang.

2.3.2. Cỡ mẫu và phương pháp nghiên cứu

**Cỡ mẫu:* Toàn bộ học sinh dân tộc thiểu số và khẩu phần ăn của các em tại 2 trường PTDTNT THCS Yên Bình và Trấn Yên, tỉnh Yên Bái.

**Phương pháp chọn mẫu:* Chọn chủ đích tỉnh Yên Bái thuộc khu vực miền núi phía Bắc, sau đó chọn hai huyện Yên Bình và Trấn Yên thuộc tỉnh có trường PTDTNT THCS (mỗi huyện có một trường). Tại mỗi trường chọn toàn bộ học sinh dân tộc thiểu số theo danh sách của trường đó cung cấp và khẩu phần ăn của các em. Trường PTDTNT THCS huyện Yên Bình có 273 học sinh, trường PTDTNT THCS huyện Trấn Yên có 262 học sinh. Tổng số học sinh của 2 trường là 535.

**Tiêu chuẩn lựa chọn đối tượng nghiên cứu:* Học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường PTDTNT THCS tỉnh Yên Bái tự nguyện tham gia vào nghiên cứu và có khả năng trả lời phỏng vấn.

2.4. Biến số nghiên cứu

- Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu: tuổi, giới, dân tộc.

- Tần suất tiêu thụ thực phẩm trong tháng của học sinh dân tộc thiểu số.

- Tổng năng lượng của khẩu phần ăn của học sinh dân tộc thiểu số, tỷ lệ cân đối, hợp lý giữa các chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn.

- Thành phần các chất dinh dưỡng của khẩu phần ăn, mức đáp ứng về thành phần các chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn.

2.5. Phương pháp thu thập số liệu

- Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu (tuổi, giới, dân tộc) được thu thập bằng phương pháp phỏng vấn theo bộ câu hỏi được thiết kế sẵn.

- Tần suất tiêu thụ thực phẩm trong tháng qua được thu thập bằng phương pháp phỏng vấn trực tiếp học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường.

- Sử dụng phương pháp cân đong thực phẩm để thu thập các số liệu về tổng năng lượng thực tế, thành phần các chất dinh dưỡng trong khẩu phần: Tiến hành cân đong thực phẩm tại bếp ăn tập thể của 2 trường trong 3 ngày liên tiếp, số liệu điều tra về thực phẩm được quy đổi từ thức ăn chín sang thực phẩm sống sạch. Từ đó tính được mức năng lượng, thành phần các chất dinh dưỡng và mức đáp ứng nhu cầu năng lượng và thành phần các chất dinh dưỡng của khẩu phần ăn.

- Đánh giá khẩu phần ăn của học sinh dân tộc nội trú dựa vào nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam của Viện Dinh dưỡng năm 2016 (tỷ lệ cân đối, hợp lý giữa 3 chất sinh năng lượng là P: L: G = 14: 20: 66, 1gram Protein đốt cháy cung cấp: 4,0 kcal, 1gram Lipid: 9,0 kcal, 1gram Glucid: 4,0 kcal, tỷ lệ canxi/phospho = 0,5 - 1,5...) [3].

2.6. Phương pháp xử lý số liệu

- Số liệu được làm sạch, mã hóa và nhập trên phần mềm Epidata 3.1, xử lý trên phần mềm SPSS 20.0 với các test thống kê thích hợp. Số liệu đánh giá khẩu phần được nhập và xử lý trên phần mềm Word Access 2013.

2.7. Đạo đức nghiên cứu: - Số liệu bài báo là một phần số liệu của đề tài cấp bộ mã số B2019-TNA-13 được phê duyệt theo quyết định số 5652/QĐ-BGDĐT ngày 28/12/2018.

- Đề tài tuân thủ quy trình xét duyệt của Hội đồng Đạo đức của trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên số 896^A/ĐHYD - HĐĐĐ ngày 8 tháng 8 năm 2019. Đồng thời được sự đồng ý của Phòng Giáo dục và đào tạo và hai trường PTDTNT THCS huyện Yên Bình, huyện Trấn Yên, tỉnh Yên Bái.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Trong tổng số đối tượng nghiên cứu tỷ lệ học sinh nữ (63,7%) cao hơn học sinh nam (36,3%). Học sinh thuộc nhóm dân tộc Tày chiếm tỷ lệ cao nhất 35,7%, tiếp đến là học sinh thuộc dân tộc Dao (29,9%), Cao Lan (12,1%). Học sinh là dân tộc Mường (6,7%) và Mông (6,7%) chiếm tỷ lệ thấp.

Bảng 3.1. Tần suất tiêu thụ thực phẩm trong tháng của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở tỉnh Yên Bái

Tên thực phẩm	Tần suất		Hàng ngày		Hàng tuần		Ít khi ăn hoặc không bao giờ	
	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
Cơm	419	78,3	116	21,7	0	0		
Bánh mì trắng	340	63,6	195	36,4	0	0		
Mỳ ăn liền	1	0,2	528	98,7	6	1,1		
Bún/phở/bánh cuốn	153	28,6	382	71,4	0	0		
Khoai củ các loại	12	2,2	523	97,8	0	0		
Thịt các loại	1	0,2	533	99,6	1	0,2		
Trứng	0	0,0	532	99,4	3	0,6		
Cá	0	0,0	507	94,8	28	5,2		
Tôm, cua, tép	0	0,0	254	47,5	281	52,5		
Đậu phụ	0	0,0	527	98,5	8	1,5		
Lạc, vừng	0	0,0	402	75,1	133	24,9		
Mỡ, dầu ăn	438	81,9	96	17,9	1	0,2		
Đậu đỗ	0	0,0	325	60,7	210	39,3		
Rau các loại	275	51,4	259	48,4	1	0,2		
Thực phẩm giàu tiền chất vitamin A	0	0,0	343	64,1	192	35,9		
Quả các loại	1	0,2	474	88,6	60	11,2		
Các loại phủ tạng động vật	0	0,0	187	35,0	348	65,0		
Nước giải khát có gas	0	0,0	52	9,7	483	90,3		
Sữa các loại	0	0,0	377	70,5	158	29,5		
Bánh kẹo ngọt	0	0,0	406	75,9	129	24,1		
Bim bim	2	0,4	394	73,6	139	26,0		

Nhận xét: Kết quả cho thấy, thực phẩm tiêu thụ hàng ngày của học sinh tại 2 trường chủ yếu là dầu mỡ (81,9%) gạo (78,3%), bánh mì (63,6), rau các loại (51,4%). Thịt các loại (99,6%), trứng (99,4%), mỳ ăn liền (98,7%), đậu phụ (98,5%), khoai củ (97,8%), cá (94,8%) và quả các loại (88,6%) được tiêu thụ cao hàng tuần; bánh kẹo ngọt (75,9%) và bim bim (73,6%) mức tiêu thụ hàng tuần cũng chiếm tỷ lệ cao.

Bảng 3.2. Việc sử dụng đủ 4 nhóm thực phẩm trong khẩu phần của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở tỉnh Yên Bái

Ngày	Nhóm thực phẩm	Nhóm thực phẩm Glucid (chất bột đường)	Nhóm thực phẩm giàu Protein (chất đạm)	Nhóm thực phẩm giàu Lipid (chất béo)	Nhóm thực phẩm giàu Vitamin và chất khoáng
Ngày thứ 1		Có sử dụng	Có sử dụng	Có sử dụng	Có sử dụng
Ngày thứ 2		Có sử dụng	Có sử dụng	Có sử dụng	Có sử dụng
Ngày thứ 3		Có sử dụng	Có sử dụng	Có sử dụng	Có sử dụng

Nhận xét: Trong 3 ngày điều tra liên tiếp tại bếp ăn tập thể của 2 trường cho thấy bốn nhóm thực phẩm cung cấp các chất dinh dưỡng: Protein, Lipid, Glucid, vitamin và chất khoáng đã được đáp ứng đầy đủ trong khẩu phần ăn hàng ngày của học sinh.

Bảng 3.3. Đánh giá tính cân đối giữa các chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở tỉnh Yên Bái

Chất dinh dưỡng	Khẩu phần ăn thực tế	Nhu cầu khuyến nghị của Viện dinh dưỡng năm 2016
Năng lượng (kcal)	2145,5 ± 247,1	Nữ: 2050 kcal Nam: 2200 kcal
% năng lượng do protein cung cấp	13,9	13 - 15
% năng lượng do lipid cung cấp	21,4	20 - 25
% năng lượng do glucid cung cấp	64,7	65 - 70
Tỷ lệ canxi/phospho	0,37	0,5 - 1,5
Vitamin B1 (mg)/1000 kcal	0,54	0,4

Vitamin B2 (mg)/1000 kcal	0,27	0,55
Vitamin B3 (mg)/1000 kcal	7,49	6,6

Nhận xét: Tổng năng lượng khẩu phần ăn của học sinh tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở đáp ứng được nhu cầu khuyến nghị. Tỷ lệ giữa 3 chất dinh dưỡng sinh năng lượng (13,9 : 21,4 : 64,7) chưa cân đối so với nhu cầu đề nghị của Viện Dinh dưỡng (14: 20: 66). Tỷ lệ Canxi/Phospho không hợp lý.

Bảng 3.4. Mức đáp ứng nhu cầu khuyến nghị về các chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn của học sinh dân tộc thiểu số tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở tỉnh Yên Bái

Chất dinh dưỡng	Nam			Nữ		
	Nhu cầu khuyến nghị/ngày	Khẩu phần ăn thực tế ($\bar{X} \pm SD$)	Mức đáp ứng (%)	Nhu cầu khuyến nghị/ngày	Khẩu phần ăn thực tế ($\bar{X} \pm SD$)	Mức đáp ứng (%)
Năng lượng (kcal)	2200	2145,5 ± 247,1	97,5	2050	2145,5 ± 247,1	104,7
Protein (g)	69,8 - 80,5	74,4 ± 8,5	100,0	65,0 - 75,0	74,4 ± 8,5	100,0
Protein động vật (35- 40%)	24,4 - 32,2	28,1 ± 2,4	100,0	22,8 - 30,0	28,1 ± 2,4	100,0
Protein thực vật	42,0 - 52,0	46,3 ± 6,0	100,0	39,0 - 48,8	46,3 ± 6,0	100,0
Lipid (g)	47,3 - 59,1	51,0 ± 12,9	100,0	44,0 - 55,1	51,0 ± 12,9	100,0
Lipid động vật (50%)	23,7 - 29,6	25,3 ± 6,8	100,0	22,0 - 27,6	25,3 ± 6,8	100,0
Lipid thực vật (50%)	23,7 - 29,6	25,7 ± 6,1	100,0	22,0 - 27,6	25,7 ± 6,1	100,0
Glucid (g)	348,7-375,6	348,6 ± 23,3	100,0	325,0-350,0	348,6 ± 23,3	100,0
Vitamin và chất xơ						
Vitamin A (µg)	550,0	225,53 ± 93,30	41,0	500,0	225,53 ± 93,30	45,1
Vitamin D (µg)	15,0	0,02 ± 0,01	0,13	15,0	0,02 ± 0,01	0,13
Vitamin B1 (mg)	1,17	1,15 ± 0,18	98,3	0,82	1,15 ± 0,18	140,2
Vitamin B2 (mg)	1,21	0,58 ± 0,03	47,9	1,12	0,58 ± 0,03	51,8
Vitamin B3 (mg)	14,5	16,08 ± 0,05	110,9	13,53	16,08 ± 0,05	118,8
Vitamin C (mg)	75 - 95	68,58 ± 33,12	91,4	75 - 95	68,58 ± 33,12	91,4
Chất xơ	29,0 - 31,0	5,37 ± 0,25	18,5	26,0	5,37 ± 0,25	20,7
Chất khoáng						
Canxi (mg)	1000	364,87 ± 40,39	36,5	1000	364,87 ± 40,39	36,5
Phospho (mg)	1250	983,45 ± 133,24	78,7	1250	983,45 ± 133,24	78,7
Sắt (mg)	14,6	13,45 ± 0,67	92,1	14,0	13,45 ± 0,67	96,1
Kẽm	8,6	11,27 ± 0,25	131,0	7,2	11,27 ± 0,25	156,5

Nhận xét: Kết quả ở bảng trên cho thấy, khẩu phần ăn của học sinh tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú trung học cơ sở đáp ứng tương đối đầy đủ về tổng năng lượng (97,5 % ở nam giới và 104,7% ở nữ giới). Các chất dinh dưỡng sinh năng lượng protein, lipid, glucid cung cấp đầy đủ so với nhu cầu khuyến nghị.

Các chất không sinh năng lượng và chất xơ đa phần cung cấp thiếu so với nhu cầu khuyến nghị. Chỉ có kẽm, vitamin B1, B3 đáp ứng đủ so với nhu cầu khuyến nghị.

IV. BÀN LUẬN

Nghiên cứu được tiến hành trên 535 học sinh người dân tộc thiểu số thuộc hai trường dân tộc nội trú trung học cơ sở của tỉnh Yên Bái. Phần

lớn học sinh nơi đây là người dân tộc Tày, Dao, Cao Lan; học sinh là nữ giới (63,7%) chiếm tỷ lệ cao hơn so với nam giới (36,3%).

Kết quả nghiên cứu cho thấy: dầu mỡ (81,9%) gạo (78,3%), bánh mì (63,6), rau các loại (51,4%). Thịt các loại (99,6%), trứng (99,4%), mì ăn liền (98,7%), đậu phụ (98,5%), khoai củ (97,8%), cá (94,8%) và quả các loại (88,6%) được tiêu thụ chiếm tỷ lệ cao hàng tuần; bánh kẹo ngọt (75,9%) và bim bim (73,6%) mức tiêu thụ hàng tuần cũng chiếm tỷ lệ cao. Tại Braxin, kết quả một nghiên cứu được tiến hành năm 2012 ở trường đại học Sao Paulo về khẩu phần của học sinh từ 7 đến 10 tuổi cho thấy trong số 10 loại thực phẩm được tiêu thụ thường xuyên trong 3 ngày chủ yếu là các loại

bánh ngọt, sữa, nước giải khát, socola, dầu thực vật và bơ, số tiền bỏ ra để mua các loại thực phẩm giàu lipid chiếm khoảng 1/4 số tiền chi tiêu hàng ngày [1]. Thói quen sử dụng đồ ngọt và thức ăn nhanh là nguy cơ của một số bệnh như thừa cân, béo phì, đái tháo đường, bệnh ung thư... Do đó, việc thực hiện chế độ ăn hợp lý là một trong những biện pháp quan trọng để cải thiện tình trạng dinh dưỡng của học sinh.

Trong 3 ngày điều tra liên tiếp tại bếp ăn tập thể của 2 trường khẩu phần ăn của học sinh đều được cung cấp đủ 4 nhóm thực phẩm. Không có một loại thực phẩm nào có thể cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng cho cơ thể. Việc đảm bảo đủ 4 nhóm thực phẩm trong bữa ăn hàng ngày là rất cần thiết, bao gồm nhóm giàu glucid như gạo, ngô, khoai, mì... là nguồn cung cấp năng lượng chủ yếu trong bữa ăn; nhóm giàu chất đạm gồm các thức ăn nguồn gốc động vật như thịt, cá, trứng, sữa... và thức ăn nguồn gốc thực vật như đậu, đỗ, đặc biệt là đậu tương; nhóm giàu chất béo gồm mỡ, bơ, dầu ăn và các thực phẩm có nhiều dầu như vừng, lạc. Nhóm rau quả cung cấp vitamin, chất khoáng, chất xơ [6]. Kết quả của chúng tôi phù hợp với kết quả nghiên cứu của tác giả Trương Thị Thùy Dương và Cộng sự (2020), bếp ăn của 2 trường trung học cơ sở thuộc tỉnh Cao Bằng cung cấp đủ 4 nhóm thực phẩm [4]. Việc cung cấp đủ 4 nhóm thực phẩm giúp cân đối thành phần các chất dinh dưỡng trong khẩu phần từ đó tăng khả năng hấp thu các chất dinh dưỡng của trẻ, đồng thời tăng cảm giác ngon miệng bởi có sự đa dạng thực phẩm trong bữa ăn.

Tổng năng lượng khẩu phần ăn của học sinh tại 2 trường phổ thông dân tộc nội trú đáp ứng được nhu cầu khuyến nghị. Tỷ lệ giữa ba chất dinh dưỡng sinh năng lượng (13,9 : 21,4 : 64,7). Kết quả nghiên cứu của chúng tôi tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Nguyễn Văn Toán và cộng sự trên đối tượng học sinh tại bốn trường trung học cơ sở thuộc thành phố Bắc Giang năm 2013 (tỷ lệ cân đối giữa 3 chất sinh năng lượng P: L: G lần lượt là 17,3 : 24,3 : 58,5) và đáp ứng được nhu cầu khuyến nghị [6]. Trong kết quả nghiên cứu của tác giả Đào Thị Ngọc Trâm và cộng sự (2018) thì năng lượng cung cấp cho học sinh thấp hơn nghiên cứu của chúng tôi và cũng thấp hơn so với nhu cầu khuyến nghị [5]. Như vậy để xây dựng khẩu phần ăn hàng ngày cho các đối tượng nói chung và cho các em học sinh lứa tuổi học đường nói riêng đòi hỏi cán bộ nuôi dưỡng trẻ cần có những kiến thức cơ bản về xây dựng khẩu phần.

Theo điều tra của Trung tâm Dinh dưỡng thành phố Hồ Chí Minh năm 2011 thì hiện nay học sinh được cung cấp quá nhiều dinh dưỡng, nhiều đường, bột, chất béo và không có thói quen ăn rau quả, các em thường xuyên sử dụng đồ ăn nhanh, nhiều đường, còn lượng rau trung bình chỉ đạt 30,0% và lượng trái cây chỉ đạt 50,0% so với khuyến nghị. Trong khi đó thì các chất khoáng như Ca và Magie thì chỉ đáp ứng được từ 30,0% - 50,0% so với nhu cầu [3]. Kết quả nghiên cứu của tác giả Đào Thị Ngọc Trâm và cộng sự (2018) cũng cho thấy: lượng protein tiêu thụ của nhóm 11 tuổi và nhóm nam 12-14 tuổi vượt quá nhu cầu khuyến nghị. Lượng canxi tiêu thụ của các học sinh rất thấp, hầu hết là dưới 50,0% so với nhu cầu khuyến nghị [5]. Canxi là chất khoáng quan trọng, cần thiết cho sự phát triển chiều cao của trẻ. Đối với học sinh trung học cơ sở, đây là độ tuổi tiền dậy thì và dậy thì là giai đoạn tăng trưởng nhanh về chiều cao nên rất cần canxi. Do đó, cần xây dựng chế độ ăn cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng đặc biệt là canxi để giúp trẻ phát triển toàn diện hơn.

Trên thực tế, khẩu phần hàng ngày của trẻ chưa có sự cân đối, hợp lý về thành phần các chất dinh dưỡng, nguyên nhân là mô hình nội trú không chuyên dụng, nhà trường gặp khó khăn trong việc xây dựng một thực đơn đa dạng, phong phú và đặc biệt là thực đơn đảm bảo cân bằng về tỷ lệ các chất. Mặt khác, các trường học chỉ có một thực đơn chung dành cho tất cả các học sinh mà chưa xây dựng được bữa ăn riêng dựa theo từng nhóm tuổi, tình trạng dinh dưỡng của trẻ.

V. KẾT LUẬN

- Tổng năng lượng khẩu phần ăn của học sinh trường phổ thông dân tộc nội trú tại tỉnh Yên Bái tương đương nhu cầu khuyến nghị. Phần trăm năng lượng do protein (13,9%), lipid (21,4%) và glucid (64,7%) cung cấp đủ so với nhu cầu khuyến nghị.

- Tỷ lệ giữa 3 chất sinh năng lượng (13,9 : 21,4 : 64,7) chưa cân đối so với nhu cầu đề nghị của Viện Dinh dưỡng (14: 20: 66).

- Vitamin, chất khoáng và chất xơ đa phần cung cấp thiếu so với nhu cầu khuyến nghị. Tỷ lệ Canxi/Phospho không cân đối. Chỉ có kẽm, vitamin B1, B3 đáp ứng đủ nhu cầu của cơ thể.

KHUYẾN NGHỊ

Tăng cường nâng cao kiến thức, thái độ, thực hành cho người chế biến bữa ăn cho học sinh tại các bếp ăn tập thể của các trường phổ thông dân tộc nội trú.

Xây dựng khẩu phần ăn cân đối, hợp lý theo từng độ tuổi, cần chú trọng những học sinh suy dinh dưỡng và thừa cân béo phì.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Analytix BI's (2012)**, South Africa Country Report: Fast Food Consumers Trends 2007- 2011.
2. **Viện dinh dưỡng - Bộ Y tế (2016)**, Nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam, Nhà xuất bản Y học.
3. **Đỗ Ngọc Diệp và Nguyễn Trí Dũng (2011)**, "Thừa cân, béo phì và một số đặc điểm dịch tễ học ở học sinh tiểu học tại quận 10 TPHCM năm 2009-2010", Thời sự Y học số 67, tr. 3-6.
4. **Trương Thị Thùy Dương, Nguyễn Thị Thanh**

- Tâm, Trần Thị Hồng Vân, Trần Thị Huyền Trang (2020)**, Khẩu phần của học sinh dân tộc thiểu số tại hai trường phổ thông dân tộc nội trú tỉnh Cao Bằng năm 2019, ISSN 1859-2872, Số chuyên đề, Tạp chí Y Dược lâm sàng 108, tr.132-138.
5. **Đào Thị Ngọc Trâm, Đỗ Thị Hoài Thương, Đỗ Thị Ngọc Diệp (2018)**, "Khẩu phần ăn của học sinh trường THCS Nguyễn Chí Thanh tại thị xã Gia Nghĩa tỉnh Dak Nông", Tạp chí Y học Thành phố Hồ Chí Minh. 22(1), tr. 253-259.
 6. **Nguyễn Văn Toán, Đoàn Thị Thu Huyền, Lê Thị Hương (2013)**, "Thực trạng thừa cân béo phì và một số yếu tố liên quan ở học sinh trung học cơ sở thành phố Bắc Giang năm 2011", Tạp chí Nghiên cứu Y học, số 1, tr. 112-118.

ĐAU DÂY V DO HỘI CHỨNG XUNG ĐỘT THẦN KINH MẠCH MÁU - NHÂN MỘT TRƯỜNG HỢP LÂM SÀNG

Vũ Huy Hoàng*, Đặng Quang Hưng*, Vũ Thị Hậu*

TÓM TẮT

Xung đột thần kinh mạch máu là nguyên nhân gây đau dây V (hay còn gọi là dây thần kinh sinh ba) phổ biến nhất ở người trưởng thành. Các phương tiện hình ảnh, đặc biệt là cộng hưởng từ (CHT), có vai trò quan trọng trong chẩn đoán nguyên nhân cũng như giúp chẩn đoán phân biệt và hỗ trợ lên kế hoạch trước mổ. Việc điều trị đau dây V do hội chứng xung đột thần kinh mạch máu có hai phương pháp chính là điều trị nội khoa hoặc phẫu thuật, trong đó nhiều nghiên cứu chứng minh hiệu quả của điều trị phẫu thuật. Chúng tôi xin trình bày một trường hợp lâm sàng về bệnh nhân đau dây V do hội chứng xung đột thần kinh mạch máu, được chẩn đoán xác định trên cộng hưởng từ và điều trị phẫu thuật giảm áp mang lại hiệu quả tốt.

Từ khóa: xung đột thần kinh mạch máu, đau dây V, cộng hưởng từ.

SUMMARY

TRIGEMINAL NEURALGIA CAUSING BY NEUROVASCULAR CONFLICT SYNDROME: A CASE REPORT

Neurovascular conflict syndrome is the most frequent cause of trigeminal neuralgia (TN) in adult. Imaging methods, particularly magnetic resonance imaging (MRI), play a crucial role in diagnosis as well as guiding preoperative plan. Treatment options in TN due to neurovascular conflict include medications and surgery, in which many studies demonstrated the effectiveness of surgical treatment. We introduced a case of trigeminal neuralgia causing by neurovascular

conflict which was diagnosed by MRI and the patient had good recovery from microvascular decompression surgery.

Keywords: neurovascular conflict syndrome, trigeminal neuralgia, magnetic resonance imaging, MRI

I. TỔNG QUAN

Xung đột thần kinh mạch máu là hội chứng mà trong đó có sự tác động cơ học trực tiếp vào dây thần kinh bởi mạch máu. Dây thần kinh V là dây thần kinh thường gặp hội chứng này nhất, với tỷ lệ khoảng 4-20 ca/100000 người; ngoài ra xung đột có thể gặp ở một số dây khác như dây VII-VIII, dây IX, dây X[1],[4]. Không phải trường hợp nào có xung đột thần kinh mạch máu trên hình ảnh cũng có biểu hiện lâm sàng rõ ràng, một số nghiên cứu chỉ ra rằng các trường hợp có triệu chứng lâm sàng thường liên quan đến động mạch và vị trí tiếp xúc là vùng chuyển tiếp của dây thần kinh [1]. Việc sử dụng chẩn đoán hình ảnh, đặc biệt là chụp cộng hưởng từ, được chứng minh có giá trị cao trong chẩn đoán trước mổ hội chứng xung đột thần kinh mạch máu [2].

II. CASE LÂM SÀNG

Bệnh nhân nam, 63 tuổi, tiền sử khoẻ mạnh. Bệnh nhân xuất hiện các cơn đau nửa mặt bên trái từ khoảng 5 năm nay, lúc đầu chỉ biểu hiện nhẹ và xuất hiện chủ yếu khi có kích thích. Về sau các cơn đau xuất hiện tự phát và ngày càng nhiều khiến bệnh nhân thay đổi thói quen sinh hoạt và mất ngủ. Bệnh nhân đã đi khám trước đây và điều trị nội khoa theo hướng đau dây thần kinh V nhưng không cải thiện đáng kể. Tại thời điểm vào bệnh viện của chúng tôi, các cơn đau của bệnh nhân xuất hiện gần như liên tục,

*Hệ thống Y tế Vinmec, Hà Nội, Việt Nam

Chịu trách nhiệm chính: Vũ Huy Hoàng

Email: v.hoangvh1@vinmec.com

Ngày nhận bài: 18.5.2021

Ngày phản biện khoa học: 2.7.2021

Ngày duyệt bài: 19.7.2021