KẾT QUẢ BUỔI ĐẦU ĐIỀU TRỊ TRIỆU CHỨNG KHÔ MẮT MỨC ĐỘ NHẸ BẰNG ĐỘNG TÁC XOA XOANG VÀ MẮT TRÊN SINH VIÊN Y HỌC CỔ TRUYỀN TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH NĂM 2020

Võ Trọng Tuân[1], Ngô Thái Diệu Lương[1], Hạ Chí Lộc[1*], Nguyễn Thị Hoài Trang[2]

1. Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh

2. Trường Đại học Y Dược Cần Thơ

[*]Email: chilochg@gmail.com

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: *Khô mắt là một vấn đề thường gặp gây ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng cuộc sống và hiệu quả làm việc của người bệnh, đặc biệt là các đối tượng sinh viên y khoa, nhân viên văn phòng, giảng viên đại học.* ***Mục tiêu nghiên cứu:*** *Nghiên cứu được tiến hành nhằm xác định hiệu quả cải thiện triệu chứng khô mắt mức độ nhẹ của động tác xoa xoang và mắt của bác sĩ Nguyễn Văn Hưởng.* ***Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:*** *Nghiên cứu được tiến hành từ tháng 12/2019 đến tháng 7/2020, 30 sinh viên có điểm số OSDI từ 13 đến dưới 23 điểm tương đương khô mắt ở mức độ nhẹ, tự tập xoa xoang và mắt trong vòng 1 tuần. Sau đó đánh giá lại điểm số OSDI.* ***Kết quả:*** *Sau một tuần, điểm số OSDI giảm có ý nghĩa thống kê từ 17,34±2,81 điểm xuống 3,04±4 điểm.* ***Kết luận:*** *Động tác xoa xoang và mắt làm giảm triệu chứng khô mắt ở mức độ nhẹ.*

Từ khóa: *Khô mắt.*

ABSTRACT

RESULTS OF THE FIRST TIME TREAT MILD DRY EYE SYMPTOMS BY NGUYEN VAN HUONG'S RUBBING EYE AND SINUS EXERCISES FOR TRADITIONAL MEDICINE STUDENTS OF UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY OF HO CHI MINH CITY IN 2020

Vo Trong Tuan[1], Ngo Thai Dieu Luong[1], Ha Chi Loc[1*], Nguyen Thi Hoai Trang[2]

1. University of Medicine and Pharmacy at Ho Chi Minh City

2. Can Tho University of Medicine and Pharmacy

Background: *Dry eye syndrome is a common problem directly impacting the quality of life and work, especially medical students, office workers, and university lecturers.* ***Objectives:*** *This study was conducted to evaluate the effect of Dr. Nguyen Van Huong's rubbing eye and sinus exercise to improve mild dry eye.* ***Materials and methods:*** *The study was conducted from December 2019 to July 2020, with 30 students with OSDI scores from 13 to less than 23 points, equivalent to mild dry eye syndrome, practicing Dr. Nguyen Van Huong's rubbing eye and sinus exercises on their own within 1 week. Then re-evaluate the OSDI score.* ***Results:*** *After one week, the OSDI score decreased significantly from 17.34±2.81 points to 3.04±4 points.* ***Conclusions:*** *Dr. Nguyen Van Huong's rubbing eye and sinus exercises reduce the symptoms of mild dry eye syndrome.*

Keyword: *Dry eye syndrome.*