

TỔNG QUAN LUẬN ĐIỂM: CHẤT LƯỢNG CUỘC SỐNG CỦA NGƯỜI BỆNH CÓ HỘI CHỨNG NGỪNG THỞ KHI NGỦ

Nguyễn Thị Thanh Trà¹, Phạm Văn Hiệp², Hoàng Ngọc Phương³, Lê Tự Minh Hoàng⁴, Nguyễn Bích Hường⁵, Nguyễn Du Khánh⁶, Phạm Thị Hằng⁷, Phan Thị Hoài⁸

1.2.3.4.5.6.7.8. Bệnh viện Tai Mũi Họng Trung Ương

<https://doi.org/10.60137/tmhvn.v70i70.223>

TÓM TẮT

Mục tiêu: Tổng quan về chất lượng cuộc sống của người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ. **Phương pháp:** Tổng quan luận điểm. **Kết quả:** Trong 402 bài viết có liên quan, 6 bài phù hợp với tiêu chuẩn lựa chọn được đưa vào nghiên cứu, trong đó có 3 nghiên cứu thử nghiệm lâm sàng có đối chứng. Các nghiên cứu này được thực hiện ở nhiều quốc gia khác nhau, đều cho thấy việc đánh giá chất lượng cuộc sống ở người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ là phù hợp. **Kết luận:** Tổng quan các nghiên cứu đều cho thấy việc đánh giá chất lượng cuộc sống ở người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ là phù hợp. Các kết quả nghiên cứu nhấn mạnh tầm quan trọng của việc điều trị và quản lý hiệu quả chứng ngưng thở khi ngủ để cải thiện chất lượng cuộc sống của người bệnh.

Từ khóa: Chất lượng cuộc sống, ngưng thở khi ngủ, hội chứng ngưng thở khi ngủ.

A SCOPING REVIEW OF THE THESIS: QUALITY OF LIFE IN PATIENTS WITH SLEEP APNEA

ABSTRACT

Objective: Overview of the quality of life in patients with sleep apnea. **Method:** A scoping review. **Results:** Of the 402 relevant articles, 6 articles that met the selection criteria were included in the study, including 3 controlled clinical trials. These studies were conducted in many different countries, all showed that the assessment of quality of life in patients with sleep apnea is appropriate. **Conclusion:** The overview of the studies showed that the assessment of quality of life in patients with sleep apnea is appropriate. The results of the study emphasize the importance of effective treatment and management of sleep apnea to improve the patient's quality of life.

Keywords: Quality of life, Obstructive Sleep Apnea, sleep apnea syndrome...

* Tác giả liên hệ: Phạm Văn Hiệp ĐT: 0986175299 Email: tranghai92@gmail.com
Nhận bài: 26/04/2025 Ngày nhận phản biện: 09/06/2025
Ngày nhận phản hồi: 13/7/2025 Ngày duyệt đăng: 16/07/2025

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ngưng thở khi ngủ (Obstructive Sleep Apnea – OSA) là một rối loạn giấc ngủ phổ biến, đặc trưng bởi sự tắc nghẽn một phần hoặc toàn bộ đường thở trên, dẫn đến giảm lưu lượng khí, thức giấc và giảm nồng độ oxy trong máu [1]. OSA không chỉ gây ra các triệu chứng như buồn ngủ ban ngày quá mức [2, 3], mà còn liên quan đến nhiều vấn đề sức khỏe nghiêm trọng khác như cao huyết áp, bệnh tim mạch, rối loạn tâm thần, tiểu đường loại 2 và suy giảm chất lượng cuộc sống [1, 3]. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng điều trị OSA có thể cải thiện các triệu chứng hô hấp và một số biến chứng thể chất [1, 3, 4].

Chất lượng cuộc sống (Quality of Life - QoL) là một khái niệm đa chiều, phản ánh nhận thức của cá nhân về vị trí của họ trong cuộc sống, trong bối cảnh văn hóa và hệ giá trị mà họ đang sống, liên quan đến mục tiêu, kỳ vọng, tiêu chuẩn và mối quan tâm của họ [1, 3-5]. Chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe (Health-Related Quality of Life - HRQoL) là một khía cạnh quan trọng của QoL, tập trung vào ảnh hưởng của sức khỏe thể chất và tinh thần đến khả năng hoạt động và hạnh phúc của cá nhân [2-5]. Ở bệnh nhân OSA, HRQoL thường bị suy giảm do các triệu chứng của bệnh như buồn ngủ ban ngày, mệt mỏi, khó tập trung và các biến chứng đi kèm [1, 3].

Nhiều nghiên cứu đã khám phá tác động của các yếu tố khác nhau đến chất lượng cuộc sống của bệnh nhân OSA, bao gồm các phương pháp điều trị, các yếu tố lối sống và các bệnh đồng mắc [1, 3-5]. Tuy nhiên, cần có thêm các nghiên cứu tổng quan hệ thống

và phân tích tổng hợp để có cái nhìn toàn diện hơn về các yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống của bệnh nhân OSA, cũng như hiệu quả của các can thiệp khác nhau [3, 4]. Để có cái nhìn tổng quan về việc đánh giá chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe trên đối tượng người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ, chúng tôi thực hiện nghiên cứu này với mục tiêu nghiên cứu tổng quan đánh giá chất lượng cuộc sống của người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu là các bài báo khoa học và tài liệu liên quan đến chất lượng cuộc sống của người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ.

Tiêu chuẩn lựa chọn: Các công bố và bài báo nghiên cứu liên quan đến chất lượng cuộc sống của người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ; Địa điểm: Trên toàn thế giới; Ngôn ngữ: Tiếng Anh; Xuất bản: Năm 2020-2025.

Tiêu chuẩn loại trừ: Các công bố và bài báo trùng lặp; Các công bố và bài báo không cung cấp dữ liệu gốc; Các công bố và bài báo không có bài báo toàn văn.

2.2. Phương pháp, chiến lược tìm kiếm và nguồn dữ liệu

Khảo sát này được thực hiện theo hướng dẫn **PRISMA-ScR** (PRISMA extension for Scoping Reviews), là bảng kiểm thực hiện nghiên cứu tổng quan.

Thiết kế nghiên cứu: Tổng quan luận điểm.

Chúng tôi thực hiện tìm kiếm một cách hệ thống trên cơ sở dữ liệu **PubMed**, **Ebsco** và **Embase** với từ khóa tìm kiếm: “Quality of life and obstructive sleep apnea”.

2.3. Lựa chọn nghiên cứu

Hai nghiên cứu viên thực hiện độc lập theo 2 bước:

Bước 1: Tóm tắt của các bài báo tìm thấy sẽ được loại bỏ trùng lặp và nhập vào phần mềm quản lý tài liệu Endnote X7. Các nghiên cứu viên sẽ đọc kỹ tiêu đề, tóm tắt. Các bài báo đáp ứng tiêu chuẩn sẽ được lựa chọn, bài báo không đáp ứng tiêu chuẩn sẽ bị loại trừ.

Bước 2: Các nghiên cứu có tiêu đề và

tóm tắt phù hợp sẽ được đọc toàn văn, nếu xác định phù hợp với mục tiêu nghiên cứu sẽ được lựa chọn và thu thập các thông tin.

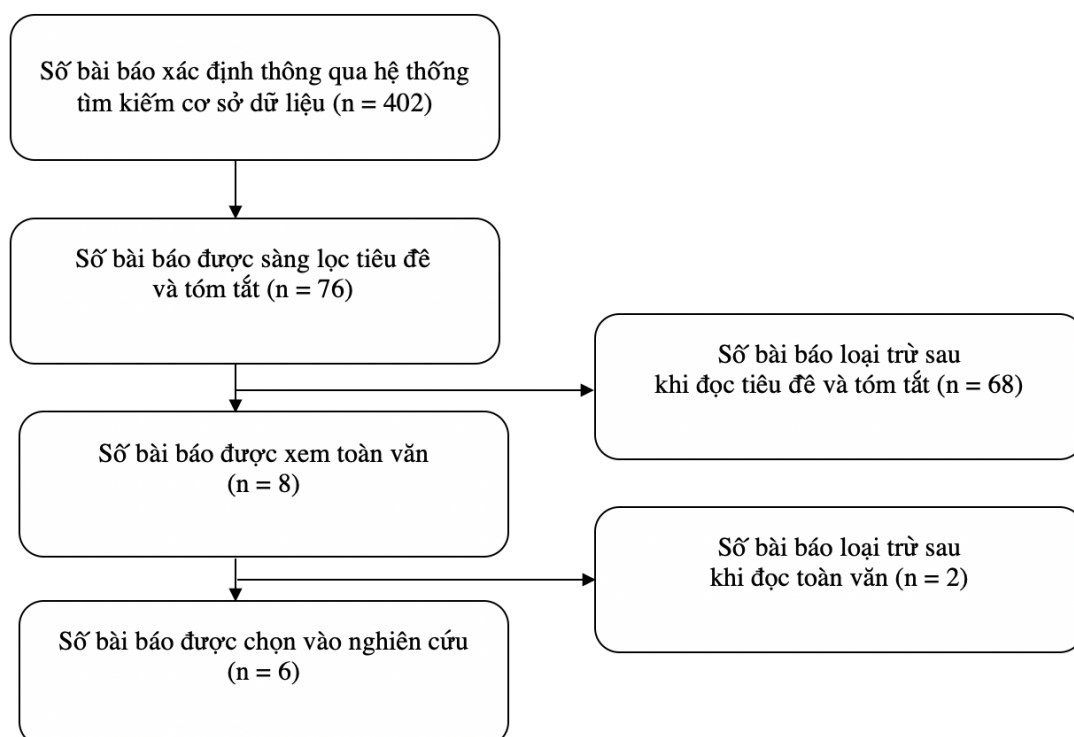
Trong 2 bước này, nếu có sự mâu thuẫn giữa hai nghiên cứu viên, cả hai sẽ cùng tiến hành thảo luận và thống nhất quan điểm.

2.4. Trích xuất dữ liệu

Tác giả, năm công bố, địa điểm, thiết kế nghiên cứu, đối tượng nghiên cứu, cỡ mẫu, kết quả chính và hạn chế của nghiên cứu.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Tổng số 402 bài báo đã được tìm thấy trên cơ sở dữ liệu, sau loại trừ có 6 bài báo được lựa chọn để đọc toàn văn và thấy đáp ứng được tiêu chuẩn lựa chọn, tiêu chuẩn loại trừ và được đưa vào nghiên cứu (*sơ đồ phía dưới*).



Bảng 1. Kết quả chính từ các bài báo phù hợp

Tác giả	Năm	Địa điểm	Đối tượng	Phương pháp nghiên cứu	Cỡ mẫu	Công cụ	Kết luận
Hartman và cộng sự [6]	2021	Australia	Trẻ em bị OSA từ nhẹ đến trung bình	Thuần tập	365	PSG, CAP, BRIEF, NEPSY, PedsQL, OSA-18	Cắt amidan sớm không ảnh hưởng đến cấu trúc giấc ngủ không chuyển động mắt nhanh. Tần suất pha A1 cao có liên quan đến hành vi và chất lượng cuộc sống kém hơn đối với bệnh nhân OSA.
Weaver và cộng sự [2]	2021	Mỹ	Bệnh nhân OSA hoặc ngủ rũ, buồn ngủ quá mức ban ngày	Thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng	2 RCT, cỡ mẫu lần lượt là 227 và 224	ESS, MWT, PGI-C, FOSQ-10, WPAI, EQ-5D-5L, SF-36v2	Cải thiện buồn ngủ ban ngày có liên quan đến cải thiện chức năng, năng suất làm việc và chất lượng cuộc sống của bệnh nhân OSA.
Carneiro-Barrera A và cộng sự [4]	2022	Tây Ban Nha	Nam giới từ 18-65 tuổi, OSA từ trung bình đến nặng, thừa cân hoặc béo phì	Thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng	89	PSG, PSQI, ESS, SAQLI, SF-36	Giảm cân và thay đổi lối sống giúp cải thiện đáng kể tình trạng OSA và các bệnh đi kèm.
Brunetto và cộng sự [1]	2022	Đa quốc gia (Mỹ, Brazil, Tây Ban Nha)	Bệnh nhân OSA trưởng thành, không béo phì, thiếu hụt xương hàm trên	Thuần tập	32	ESS, QSG, HST	MARPE cải thiện đáng kể các triệu chứng OSA và chất lượng cuộc sống
Xuan Zhang và cộng sự [5]	2023	Trung Quốc	Bệnh nhân OSA trưởng thành, chưa điều trị CPAP	Thuần tập	402	SF-36, PSG, ESS, MOCA, HAMA, HAMD-17	Sống một mình và uống rượu có liên quan đến sự suy giảm sức khỏe tâm thần ở bệnh nhân OSA.
Bughin và cộng sự [3]	2023	Pháp	Bệnh nhân OSA nặng, béo phì	Thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng	180	ESS, FOSQ, ABPM, IPAQ, PSQI, ISI, SUS, EQ-5D, HAD	Phục hồi chức năng từ xa kết hợp với CPAP có thể cải thiện triệu chứng và giảm nguy cơ tim mạch ở bệnh nhân OSA.

Các nghiên cứu đều tập trung vào việc đánh giá chất lượng cuộc sống liên quan đến người bệnh có hội chứng ngưng thở khi ngủ tắc nghẽn và có 3 nghiên cứu thử nghiệm lâm sàng ngẫu nhiên có đối chứng. Các nghiên cứu này được thực hiện ở nhiều quốc gia khác nhau, với các đối tượng nghiên cứu đa dạng, từ trẻ em, người trưởng thành, đến các nhóm đặc biệt như người béo phì, người không béo phì thiếu hụt xương hàm trên và nhóm người bệnh buồn ngủ quá mức ban ngày.

4. BÀN LUẬN

4.1. Đặc điểm về thời gian, địa điểm nghiên cứu:

Các nghiên cứu được thực hiện ở nhiều quốc gia khác nhau (Tây Ban Nha, Mỹ, Brazil, Trung Quốc, Pháp) và trong các khoảng thời gian khác nhau (từ 2019 đến 2023). Điều này cho thấy sự quan tâm toàn cầu đối với vấn đề chất lượng cuộc sống của người bệnh ngưng thở khi ngủ. Tính đa dạng về địa điểm nghiên cứu tăng tính tổng quát của kết quả, cho thấy các vấn đề liên quan đến OSA không chỉ giới hạn ở một khu vực địa lý cụ thể. Việc thực hiện nghiên cứu ở nhiều địa điểm khác nhau giúp xác nhận tính nhất quán của các phát hiện trên các quần thể và bối cảnh khác nhau. Điều này làm tăng giá trị khoa học và khả năng áp dụng của kết quả nghiên cứu. Đồng thời, các chuyên gia y tế có thể tham khảo các nghiên cứu này để hiểu rõ hơn về tác động của OSA đối với chất lượng cuộc sống của bệnh nhân ở các quốc gia và khu vực khác nhau. Điều này có thể giúp cải thiện việc chẩn đoán, điều trị và

quản lý bệnh nhân OSA, từ đó nâng cao chất lượng cuộc sống của họ.

4.2. Đặc điểm đối tượng, phương pháp nghiên cứu:

Các nghiên cứu bao gồm nhiều đối tượng khác nhau, từ người trưởng thành đến trẻ em, người béo phì đến người không béo phì, và người có các bệnh đi kèm khác nhau. Cỡ mẫu nghiên cứu dao động từ 32 đến 402, cho phép đánh giá tác động của OSA và các can thiệp khác nhau lên chất lượng cuộc sống ở các nhóm bệnh nhân khác nhau. Một nửa số nghiên cứu sử dụng phương pháp thử nghiệm lâm sàng ngẫu nhiên có đối chứng, được coi là tiêu chuẩn vàng để đánh giá hiệu quả của các can thiệp y tế. Sự đa dạng của đối tượng và cỡ mẫu nghiên cứu cho phép các nhà nghiên cứu đưa ra các kết luận có giá trị tổng quát cao hơn. Đồng thời, các chuyên gia y tế có thể áp dụng kết quả của các nghiên cứu này để đưa ra quyết định điều trị dựa trên bằng chứng cho các nhóm bệnh nhân OSA khác nhau. Cụ thể như nghiên cứu của Carneiro-Barrera và cộng sự [4] cho thấy can thiệp giảm cân và thay đổi lối sống có thể cải thiện chất lượng cuộc sống ở bệnh nhân OSA béo phì, trong khi nghiên cứu của Brunetto và cộng sự [1] tập trung vào bệnh nhân OSA không béo phì có thiếu hụt xương hàm trên.

4.3. Đặc điểm về công cụ nghiên cứu:

Các nghiên cứu sử dụng nhiều công cụ khác nhau để đánh giá chất lượng cuộc sống, bao gồm các bảng câu hỏi chung (SF-36) và các công cụ đặc hiệu cho OSA (OSA-18, FOSQ-10, QSQ). Ngoài ra, các công cụ

khác như thang đo buồn ngủ (ESS), đo đa ký giấc ngủ (PSG, HST), và các công cụ đánh giá chức năng nhận thức và hành vi (BRIEF, Conners' Rating Scale) cũng được sử dụng. Sự đa dạng này cho phép đánh giá toàn diện các khía cạnh khác nhau của chất lượng cuộc sống ở bệnh nhân OSA. Việc sử dụng các công cụ đã được chuẩn hóa và xác nhận độ tin cậy, độ giá trị đảm bảo tính chính xác của các đo lường và so sánh giữa các nghiên cứu. Các công cụ khác nhau cung cấp thông tin bổ sung về tác động của OSA lên các lĩnh vực cụ thể của cuộc sống. Đồng thời, các chuyên gia y tế có thể sử dụng các công cụ này để đánh giá chất lượng cuộc sống của bệnh nhân OSA trong thực hành lâm sàng, theo dõi sự thay đổi theo thời gian và đánh giá hiệu quả của các phương pháp điều trị. Điều này giúp cá nhân hóa kế hoạch điều trị và cải thiện sự hài lòng của bệnh nhân.

4.4. Kết quả chính nghiên cứu:

Các nghiên cứu cho thấy OSA có tác động tiêu cực đến nhiều khía cạnh của chất lượng cuộc sống, bao gồm sức khỏe thể chất và tinh thần, chức năng ban ngày, năng suất làm việc và các mối quan hệ xã hội. Tuy nhiên, các can thiệp khác nhau, chẳng hạn như giảm cân và thay đổi lối sống [4], MARPE [1] và phục hồi chức năng từ xa [3], có thể cải thiện đáng kể chất lượng cuộc sống ở bệnh nhân OSA. Một số nghiên cứu cũng chỉ ra các yếu tố cụ thể, chẳng hạn như sống một mình và uống rượu [5], có thể ảnh hưởng tiêu cực đến chất lượng cuộc sống của bệnh nhân OSA. Các kết quả này cung cấp bằng chứng mạnh mẽ về tác động của OSA

lên chất lượng cuộc sống và tầm quan trọng của việc điều trị và quản lý hiệu quả tình trạng này. Các nghiên cứu cũng xác định các yếu tố nguy cơ và bảo vệ có thể ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống ở bệnh nhân OSA, mở ra các hướng nghiên cứu mới. Đồng thời, các chuyên gia y tế cần nhận thức rõ về tác động đa chiều của OSA lên chất lượng cuộc sống của bệnh nhân. Điều trị OSA không chỉ nhằm cải thiện các triệu chứng hô hấp mà còn phải tập trung vào việc nâng cao chất lượng cuộc sống toàn diện của bệnh nhân. Các can thiệp phục hồi chức năng và hỗ trợ tâm lý xã hội có thể đóng vai trò quan trọng trong việc cải thiện kết quả lâm sàng và sự hài lòng của bệnh nhân.

5. KẾT LUẬN

Tổng quan các nghiên cứu đều cho thấy việc đánh giá chất lượng cuộc sống ở người bệnh có chứng ngưng thở khi ngủ là phù hợp. Các nghiên cứu này được thực hiện ở nhiều quốc gia khác nhau, với các đối tượng nghiên cứu đa dạng, và sử dụng các công cụ đánh giá chất lượng cuộc sống khác nhau, cho thấy rằng chứng ngưng thở khi ngủ có ảnh hưởng đáng kể đến nhiều khía cạnh của cuộc sống của người bệnh. Các kết quả nghiên cứu nhấn mạnh tầm quan trọng của việc điều trị và quản lý hiệu quả chứng ngưng thở khi ngủ để cải thiện chất lượng cuộc sống của người bệnh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Brunetto, D.P., et al., Mini-implant assisted rapid palatal expansion (MARPE) effects on adult obstructive sleep apnea (OSA) and quality of life: a

- multi-center prospective controlled trial. *Prog Orthod*, 2022. 23(1): p. 3.
2. Weaver, T.E., et al., Relationship between sleep efficacy endpoints and measures of functional status and health-related quality of life in participants with narcolepsy or obstructive sleep apnea treated for excessive daytime sleepiness. *J Sleep Res*, 2021. 30(3): p. e13210.
 3. Bughin, F., et al., Impact of a telerehabilitation programme combined with continuous positive airway pressure on symptoms and cardiometabolic risk factors in obstructive sleep apnea patients. *Digit Health*, 2023. 9: p. 20552076231167009.
 4. Carneiro-Barrera, A., et al., Effect of an Interdisciplinary Weight Loss and Lifestyle Intervention on Obstructive Sleep Apnea Severity: The INTERAPNEA Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*, 2022. 5(4): p. e228212.
 5. Zhang, X., et al., Living alone and health-related quality of life among adults with obstructive sleep apnea in a single-center cohort study. *Sleep Breath*, 2023. 27(1): p. 221-227.
 6. Hartmann, S., et al., Cyclic alternating pattern in children with obstructive sleep apnea and its relationship with adenotonsillectomy, behavior, cognition, and quality of life. *Sleep*, 2021. 44(1).