

Hội thảo Y học Thực chứng
Bệnh viện Hùng Vương

Nguyên lí Y học thực chứng

Professor Tuan V. Nguyen
Garvan Institute of Medical Research
University of New South Wales
Sydney – Australia

Phát triển của y học thực chứng

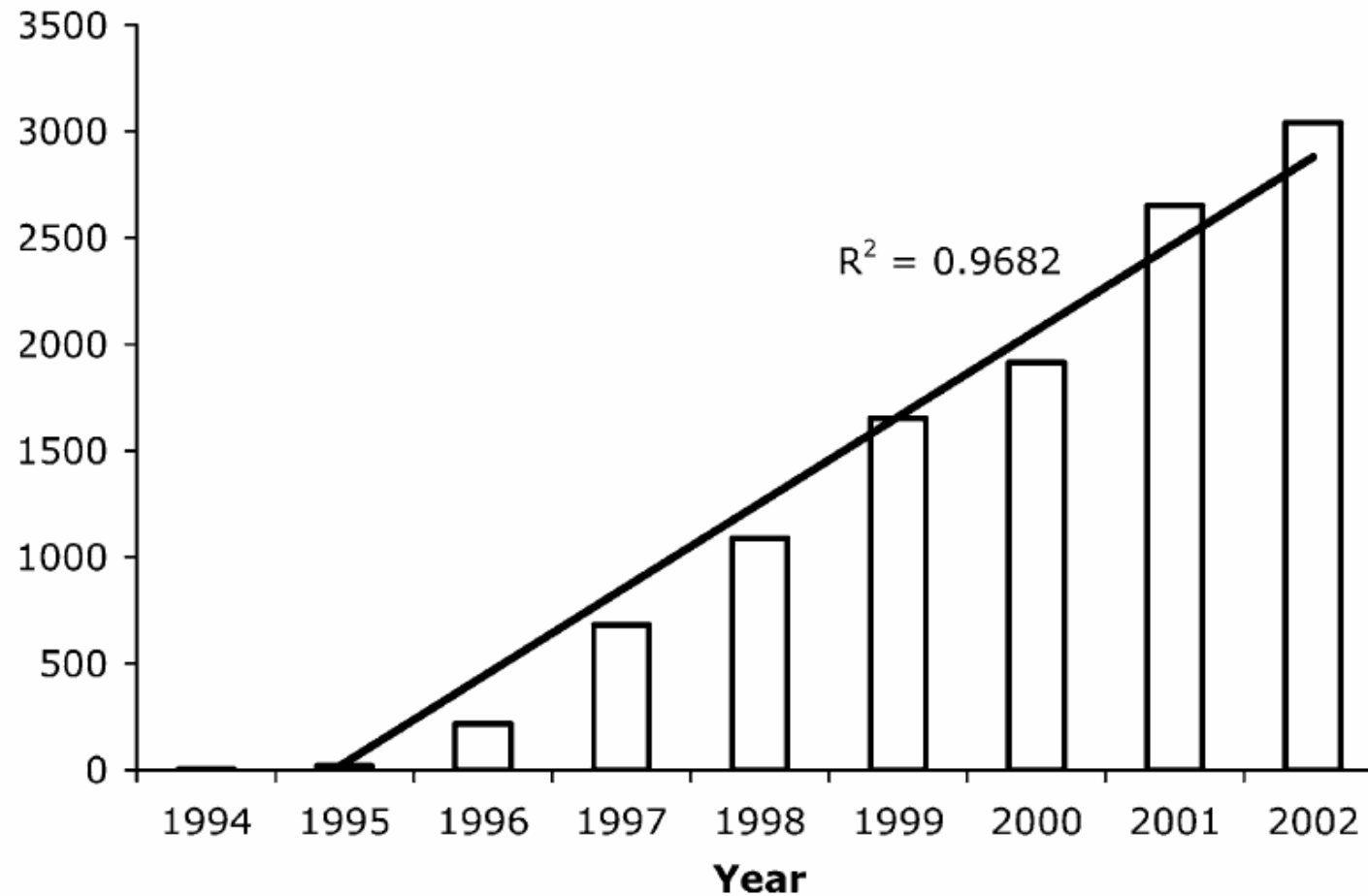
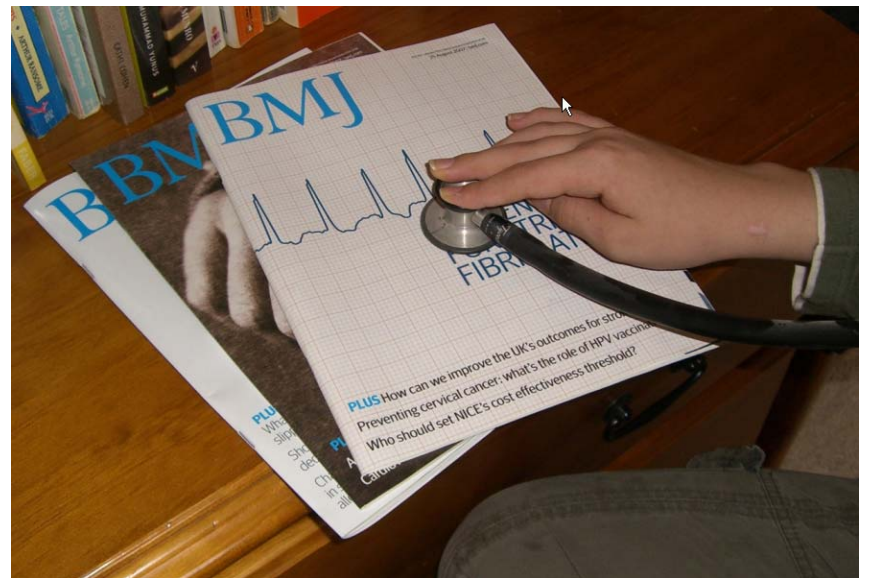


Fig. 1. Number of papers on MEDLINE per year with keywords “evidence-based medicine” demonstrates a linear increase with time ($r = 0.98$).

Nội dung

- **What**
- **Who**
- **Why**
- **How**



Y học thực chứng là gì?

YHTC bắt đầu từ lúc nào?

- Chắc chắn sau thời cách mạng bên Pháp
- Trước công nguyên bên Trung Quốc?
- Thật sự “khởi sắc” từ sau 1992

EBM ở phương Đông

- 1061 (Triều Song = Tống): Y sĩ Ben Cao Tu Jing nói,

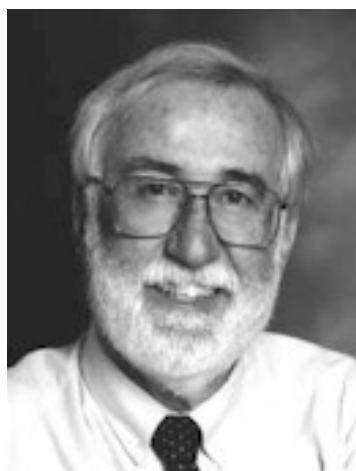
“Để đánh giá hiệu quả của sâm, tìm 2 người và cho 1 người ăn sâm rồi chạy, 1 người không cho ăn sâm và cho chạy. Người không ăn sâm sẽ khó thở sớm hơn người ăn sâm”

Gong Y, et al. jameslindlibrary.org

Y học thực chứng là gì

Sử dụng bằng chứng hiện hành một cách có ý thức và công minh cùng kĩ năng lâm sàng để đi đến quyết định về chăm sóc bệnh nhân

(Sackett DL et al BMJ 1996; 312:71-2).



David Sackett



Bảng chứng từ nghiên cứu

- **Nghiên cứu lâm sàng**
 - **Từ khoa học cơ bản**
 - **Nghiên cứu lâm sàng về:**
 - **tiên lượng, chẩn đoán, hiệu quả và an toàn của điều trị, hồi phục chức năng**

Kĩ năng lâm sàng

- Kĩ năng lâm sàng và phán xét lâm sàng đóng vai trò quan trọng và bổ sung cho bằng chứng nghiên cứu
- Rất quan trọng để xác định bằng chứng (hay phác đồ điều trị) có thể áp dụng cho bệnh nhân hay không, và nếu áp dụng được thì làm cách nào?

Vai trò của bệnh nhân

Y học thực chứng phải quan tâm đến

- **Những mối quan tâm cá biệt, kì vọng, ý thích của bệnh nhân.**
- **Bệnh nhân luôn luôn đóng vai trò quyết định trong việc chọn lựa điều trị**
- **Định lượng những giá trị bệnh nhân rất khó, nhưng càng ngày chúng ta có phương pháp tốt hơn**

Y học thực chứng KHÔNG phải là ...


- **Y học theo công thức nấu nướng (cook-book medicine)**
 - Áp dụng bằng chứng cho bệnh nhân = cá nhân hóa (xem xét đến đặc điểm của từng cá nhân)
- **Cách thức tiết kiệm tiền bạc**
 - Hiệu quả lâm sàng và chất lượng điều trị cho bệnh nhân là ưu tiên số 1, chi phí có thể tăng chứ không giảm

Có thể thực hành y học thực chứng?

- Có bằng chứng cho “y học thực chứng” không?
- “*Chỉ có 15% các thuật can thiệp trong y khoa là có bằng chứng vững vàng*” (BMJ Editorial)
- “..... Điều này có nghĩa là 80 đến 90 % những thuật điều trị hiện hành có thể xem là lang băm!”

Bao nhiêu thực hành y khoa hiện nay dựa vào bằng chứng?

Autor	Discipline	Evidence			Number of	
		RCT	Other	None	Rx.	Patients.
Baraldini	Ped. Surg.	26%	71%	3%	70	49
Djulgovic	Oncology	24%	21%	55%	154	n.a.
Ellis	General Med.	53%	29%	18%	108	108
Galloway	Haematology	70%		30%	n.a.	83
Geddes	Psychiatry	65%			40	40
Gill	General Med	30%	51%	19%	101	122
Howes	General Surg.	24%	71%	5%	100	100
Jemec	Dermatology	38%	33%	23%	n.a.	115
Kenny	Paed. Surg.	11%	66%	23%	281	281
Lee	General Surg.	14%	64%	22%	50	n.a.
Michaud	Internal Med.	65%			150	150
Myles	Anaesthes.	32%	65%	3%	n.a.	n.a.
Nordin-J.	Internal Med.	50%	34%	12%	369	197
Rudolf	Paediatrics	40%	7%		1149	247
Slim	Variable discipl.	50%	28%		428	n.a.
Suarez-V.	General Med.	38%	4%	58%	2341	1990
Summers	Psychiatry	53%	10%	37%	160	158
Tsuruoka	General Med.	21%	60%	19%	53	49

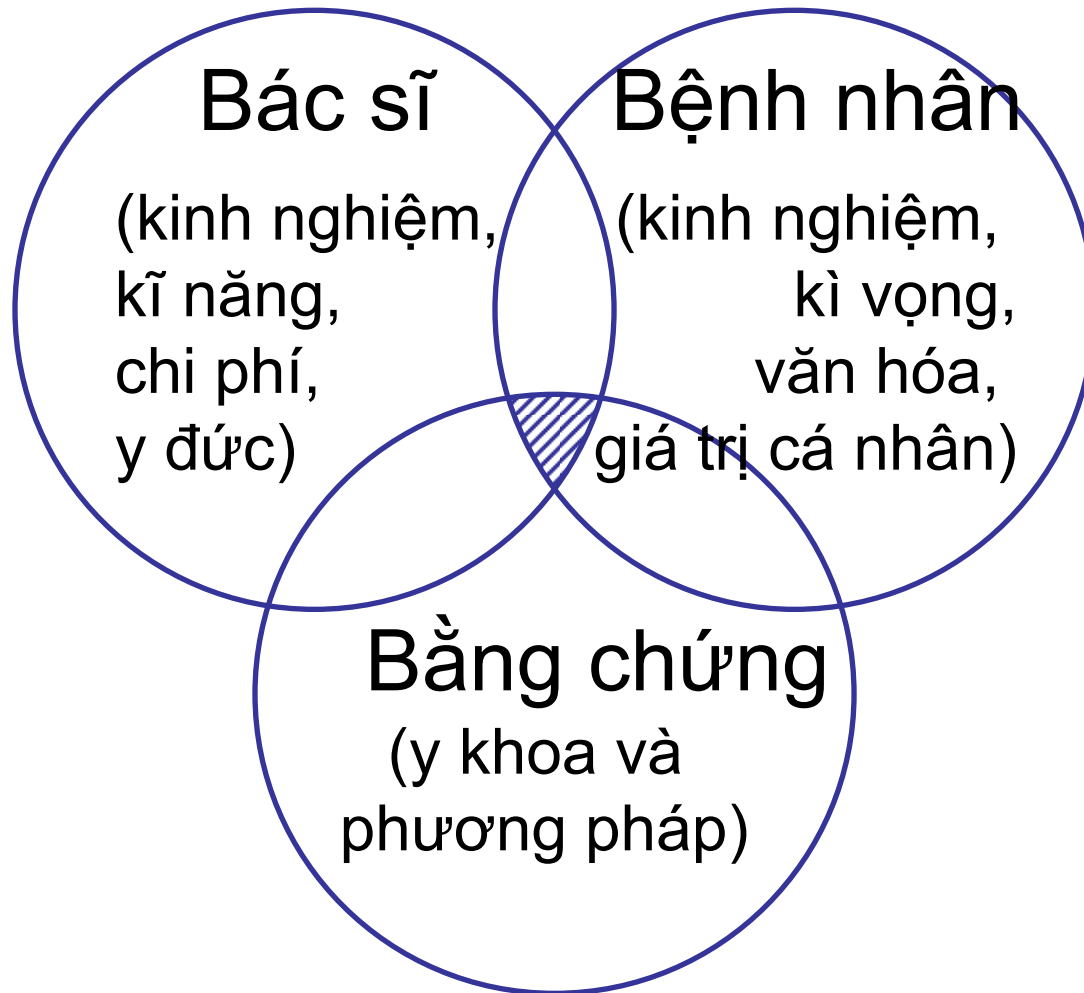


Đến năm 2020, 90% các quyết định lâm sàng sẽ dựa vào bằng chứng chính xác, kịp thời, và thôn tin cập nhật hóa và phản ảnh những bằng chứng tốt nhất.

**IOM Roundtable on
Evidence-Based Medicine**

Y học thực chứng: AI ?

Ai có liên quan đến YHTC?



“YHTC là một phương pháp thực hành dựa vào phối hợp kĩ năng lâm sàng với bằng chứng khoa học nhằm đem lại lợi ích tốt nhất cho bệnh nhân.”

Sackett D et al., Br Med J 1996; 312: 71-72

Haynes RB, et al., ACP Journal Club 1996;125:A-14-16

Y học thực chứng: Tại sao?

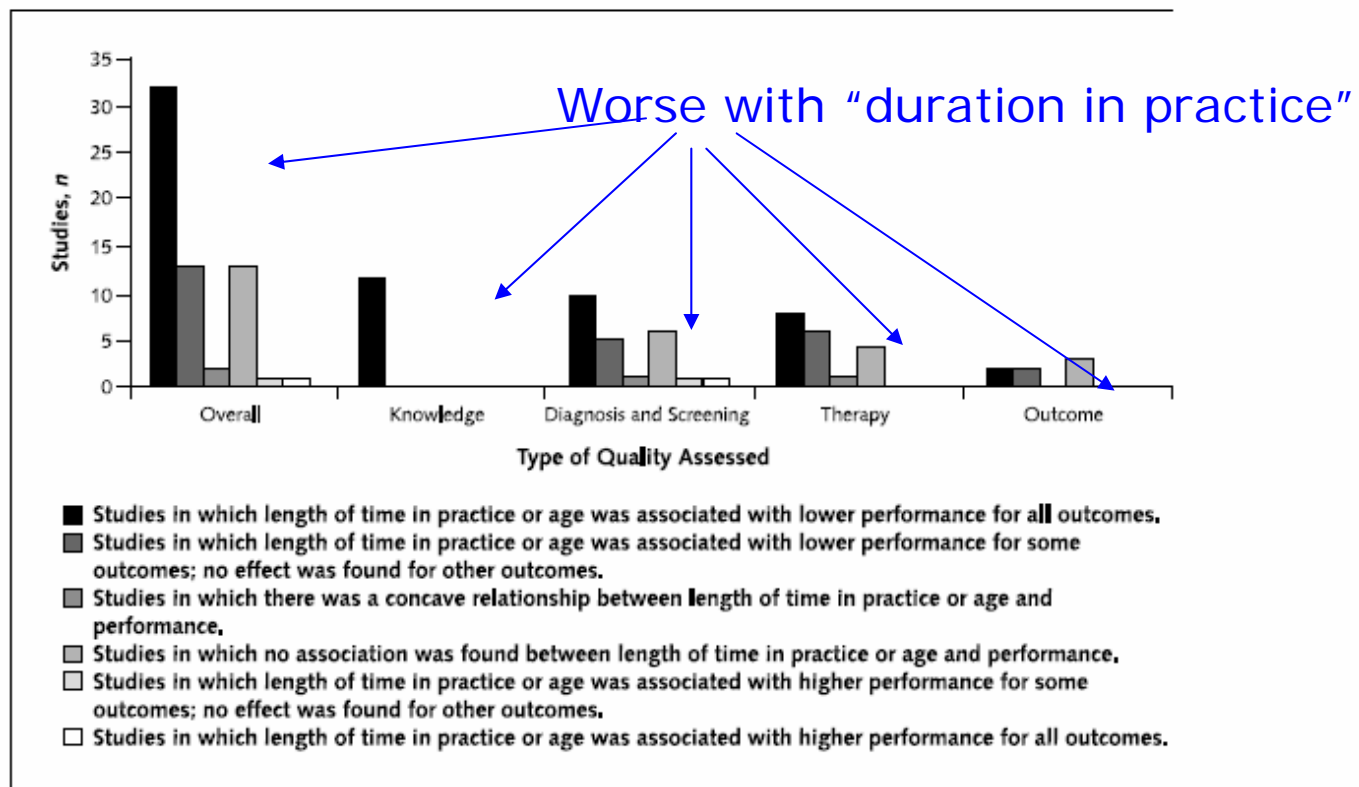
Tại sao thực hành y học thực chứng

- **Cải tiến chất lượng chăm sóc bệnh nhân**
 - Phát hiện và khuyến khích các phương pháp *có hiệu quả*
 - Bỏ những phương pháp có hại
- **Khuyến khích suy nghĩ sâu (critical thinking)**
 - “Soi mói” hiệu quả lâm sàng (efficacy), hiệu quả cộng đồng (effectiveness), tính chính xác
 - Cởi mở

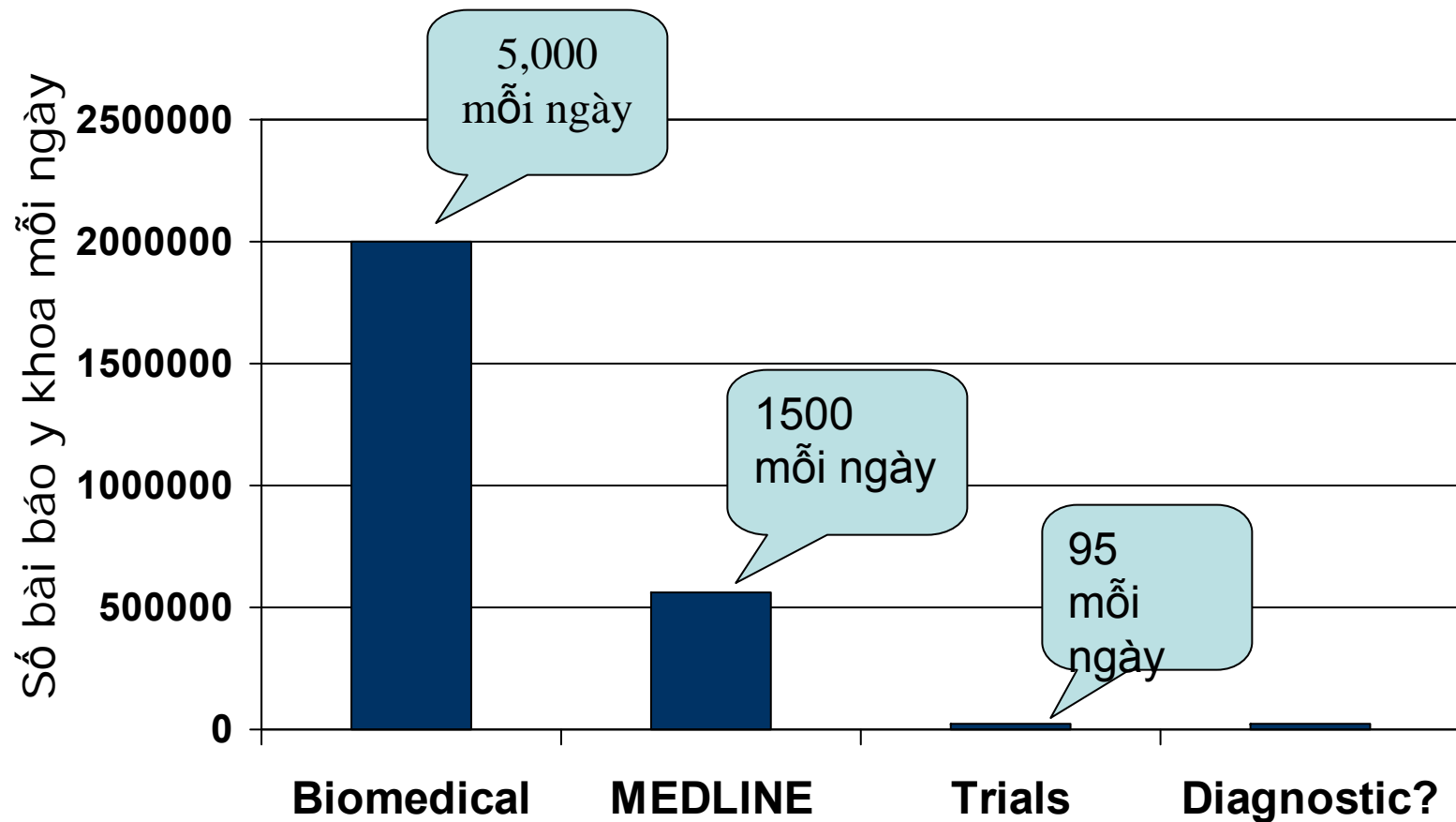
Systematic Review: The Relationship between Clinical Experience and Quality of Health Care

Niteesh K. Choudhry, MD; Robert H. Fletcher, MD, MSc; and Stephen B. Soumerai, ScD

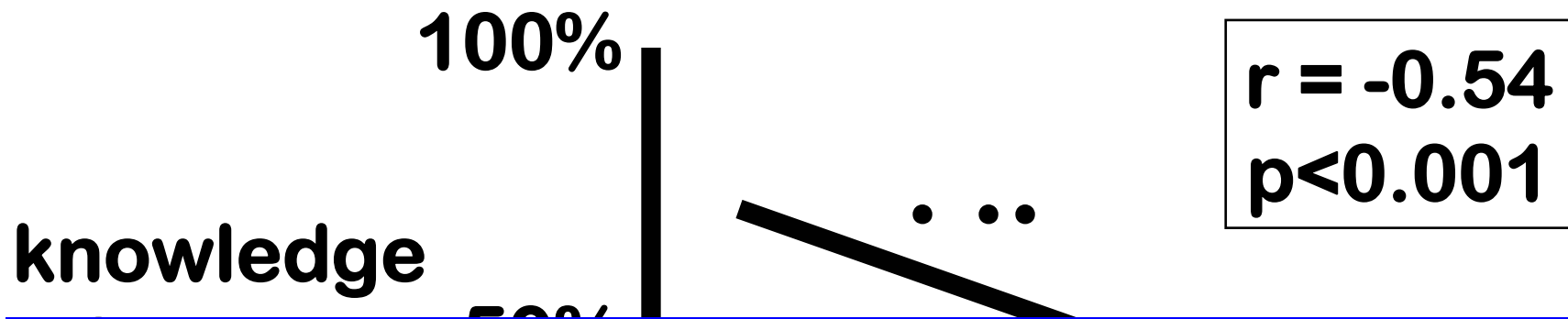
Figure 2. Distribution of study results relating physician age to clinical performance in various domains.



Thông tin, thông tin, ...



Càng cao tuổi kiến thức càng ... thấp



**Choudhry, Fletcher and Soumerai,
Ann Intern Med 2005;142:260-73**

**94% of 62 studies found decreasing
competence for at least some tasks, with
increasing physician age.**

Y học thực chứng: phương pháp thực hành

5 bước để thực hành EBM

1. Đặt câu hỏi lâm sàng có thể trả lời được (formulating answerable clinical questions)
2. Tìm bằng chứng
3. Đánh giá bằng chứng
4. Dựng dựng bằng chứng
5. Đánh giá hiệu quả

Đặt câu hỏi lâm sàng *khả dĩ*

- “Diễn dịch” một vấn đề lâm sàng thành một câu hỏi khả dĩ
- Những câu hỏi tốt nên có 4 phần (PICO):
 - Patient (bệnh nhân)
 - Intervention (can thiệp: xét nghiệm, yếu tố nguy cơ, v.v...)
 - Comparison (so sánh, nếu có liên quan)
 - Outcome (chỉ tiêu lâm sàng)

Những câu hỏi lâm sàng tiêu biểu

- 11%** Thuốc tốt nhất để điều trị bệnh là gì ?
- 8%** Lí do của một triệu chứng?
- 8%** Xét nghiệm nào có ích?
- 7%** Liều lượng thích hợp cho thuốc?
- 6%** Bằng chứng về hiệu quả của y học cổ truyền hay biện pháp *non-medical*?
- 5%** Chỉ định của xét nghiệm hay điều trị ?
- 5%** Lí do cho kết quả của xét nghiệm?

Ely et al., BMJ 2000;321:429-32

Một ví dụ PICO

- Trẻ em 4 tháng tuổi, nhập viện với viêm tiểu phế quản. Triệu chứng càng lúc càng xấu đi. Bác sĩ tự hỏi cho corticoid có thể giúp cải thiện triệu chứng?
- 4-month old baby admitted to your ward with viral bronchiolitis. The symptoms get progressively worse. You wonder whether giving corticosteroids might help?

Một ví dụ PICO

- *Trẻ em 4 tháng tuổi, nhập viện với viêm tiểu phế quản. Triệu chứng càng lúc càng xấu đi. Bác sĩ tự hỏi cho corticoid có thể giúp cải thiện triệu chứng?*
- **PICO**
 - **Patient hay Problem:** trẻ em 4 tháng tuổi viêm tiểu phế quản
 - **Intervention:** corticosteroids
 - **Comparison:** không corticosteroids
 - **Outcomes:** chỉ số lâm sàng, thời gian nằm viện
- *Câu hỏi: Với một trẻ em 4 tháng tuổi bị viêm tiểu phế quản, cho corticosteroids so với không cho corticosteroids có cải tiến chỉ số lâm sàng và giảm thời gian nằm viện hay không?*

Tìm bằng chứng

- Sách giáo khoa và tập san y khoa
- Hỏi đồng nghiệp
- Nguồn thứ phát (secondary sources)

Archimedes: <http://adc.bmjournals.com/cgi/collection/archimedes>

Clinical evidence: <http://www.clinicalevidence.com/ceweb/conditions/index.jsp>

Bestbets: <http://www.bestbets.org/>

- Tài liệu trực tuyến -- ONLINE resources

Nguyên lí tìm tài liệu

- Diễn giải *vấn đề* thành *câu hỏi*
- Cho những *từ khóa* -- *keywords*
Eg: *patient, steroids, prednisolone, dexamethasone, glucocorticoids, clinical score, hospital stay ...*
- Tìm cơ sở dữ liệu thích hợp
PubMed (Medline), **Cochrane Library**, EMBASE, CINAHL
- Randomized controlled trials
<http://sumsearch.uthscsa.edu>
- Tìm tài liệu

Ví dụ tìm tài liệu

- Pubmed hoặc Cochrane

(1) *viral bronchiolitis*

(2) *steroids OR prednisolone OR dexamethasone
OR glucocorticoids*

(3) *clinical score OR hospital stay*

(1) AND (2) AND (3)

Đánh giá bằng chứng

- **3 tiêu chuẩn để đánh giá bằng chứng**
 - Tính hợp lí (Validity)
 - Tính quan trọng (Importance)
 - Khả năng áp dụng (Applicability)

Ứng dụng bằng chứng

- **Bằng chứng có thể áp dụng cho bệnh nhân?**
- **Yếu tố cần xem xét khi áp dụng:**
 - Ý thích và giá trị của bệnh nhân
 - Bối cảnh
 - Chi phí, lợi ích, và khả năng có hại

Đánh giá bằng chứng

- Cần phải đánh giá cách áp dụng y học thực chứng thường xuyên
- Có cần cải tiến thêm?

Y học thực chứng thay đổi thế giới y khoa

Thế giới cũ và Thế giới mới

Thế giới cũ

- Kiến thức là ý kiến chuyên gia
- Kỹ năng lâm sàng được xem là *bán huyền bí*
- Nghiên cứu khoa học không có vai trò trong thực hành
- Tìm bằng chứng từ bệnh nhân không quan trọng

Thế giới mới

- Kiến thức từ những tổng quan dữ liệu nghiên cứu
- Kỹ năng lâm sàng có thể kiểm tra và quản lý
- Nghiên cứu khoa học và thực hành đi song song
- Bệnh nhân phải được nghiên cứu trong các công trình nghiên cứu lâm sàng khi cần thiết

Thế giới cũ và Thế giới mới

Thế giới cũ

- Thông tin từ chuyên gia, một số tập san và sách
- Phần lớn những gì bác sĩ biết là ... trong đầu họ
- Phần lớn phương pháp điều trị đều *tin* là có ích

Thế giới mới

- Truy cập thông tin và bằng chứng có hệ thống: Rất quan trọng
- Bác sĩ phải sử dụng các phương tiện tìm thông tin
- Phải dựa vào bằng chứng và cân nhắc lợi ích vs tác hại.

Thế giới cũ và Thế giới mới

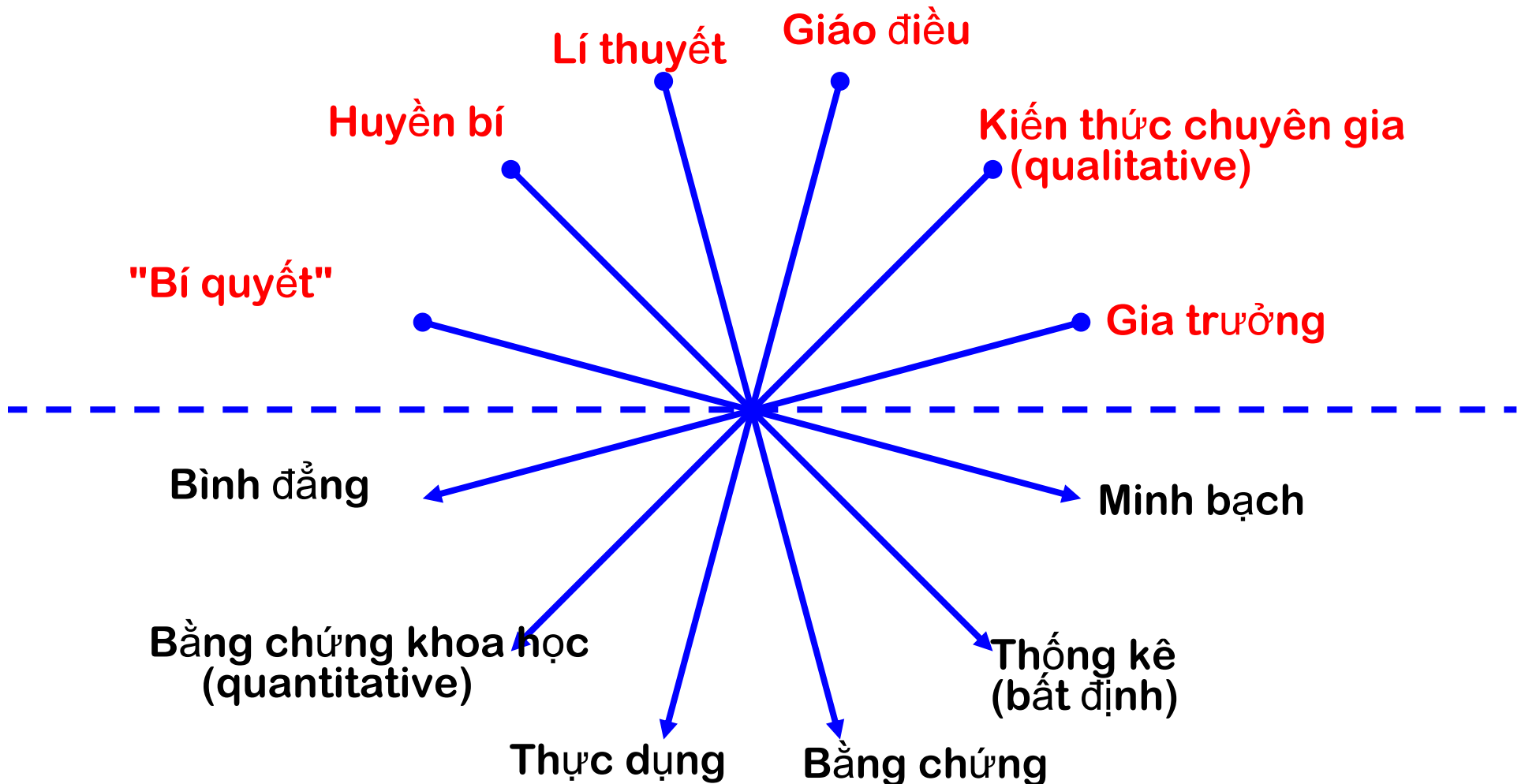
Thế giới cũ

- Hiệu quả lâm sàng ít khi nào được kiểm tra
- Nhà quản lí không có tiếng nói trong qui trình lâm sàng
- Mô hình tổ chức theo đẳng cấp quân sự
- Mối quan hệ bác sĩ - bệnh nhân = thầy - trò

Thế giới mới

- Hiệu quả lâm sàng được kiểm tra thường xuyên
- Nhà quản lí có vai trò trong qui trình lâm sàng
- Mô hình tổ chức dân chủ, dựa vào bằng chứng chứ không phải chuyên gia
- Bệnh nhân là đối tác bình đẳng với bác sĩ

Thay đổi mô thức (paradigm) y học



Modified from: Prof. Ulrich Tröhler, University of Freiburg, 1999

Tóm lược

- Thực hành dựa vào bằng chứng (Evidence Based Practice) đã lan truyền trong thế giới y khoa 10 năm qua
- EBP đánh dấu một bước ngoặt quan trọng, chấm dứt thế giới y khoa cũ
- Thực hành y khoa nên dựa vào bằng chứng khoa học
- Đánh giá bằng chứng khoa học phải có hệ thống
- 5 bước trong thực hành y học thực chứng
- EBM: sẽ đem lại lợi ích cho bệnh nhân

Tóm lược

- EBM là một bước tiến bộ lớn so với cách thực hành cũ
- EBM là một bổ sung, chứ không phải thay thế bác sĩ người có thể chẩn đoán và điều trị bệnh nhân chính xác.
- EBM sẽ giúp cho việc chăm sóc bệnh nhân đi vào qui cũ, nhất quán hơn, và hiệu quả hơn
- EBM (trong hình thức cổ điển) bổ sung cho phác đồ điều trị, quản lí chất lượng , v.v...
- Giới hạn thời gian và tổ chức bệnh viện là hai "trở lực" chính cho sự tiến bộ của EBM.
- Ở nhiều nước, evidence-based healthcare (EBHC) is overriding evidence-based medicine (EBM).

Của tin gọi một chút này làm ghi

Nguyễn Du