

Understanding Changes to OHIP Coverage of Vitamin D Testing

Frequently Asked Questions

Kể từ ngày 1 tháng Mười Hai năm 2010, chương trình Bảo Hiểm Y Tế Ontario (OHIP) sẽ chỉ bao trả việc làm xét nghiệm sinh tố D cho những người với các tình trạng bệnh sau đây:

- Bệnh rỗng xương và bệnh mà tỷ trọng chất khoáng của xương thấp hơn mức bình thường (Osteopenia)
- Bệnh còi xương
- Các hội chứng về không hấp thụ
- Bệnh thận
- Các bệnh nhân dùng các loại thuốc ảnh hưởng đến việc chuyển hóa hấp thụ sinh tố D

Một sự duyệt lại về bằng chứng y khoa đúng nhất hiện có đã cho thấy là việc làm xét nghiệm sinh tố D ở những người trưởng thành và ở các trẻ em khoẻ mạnh là điều không cần thiết về mặt y khoa và dân chúng nên làm theo các khuyến cáo của Bộ Y Tế Canada (Health Canada) trong chế độ ăn uống và nên dùng thêm thuốc bổ sinh tố D.

Chế độ ăn uống và Thuốc bổ

Bộ Y Tế Canada đề nghị những người dân Canada làm theo lời khuyên về việc ăn uống lành mạnh (Eating Well) có trong Tài liệu Hướng dẫn về Thực phẩm của Canada (Canada's Food Guide).

Chế độ ăn uống

- Tất cả những người dân Canada trên hai tuổi nên uống 500mL (hai cốc) sữa tươi hay sữa đậu nành loại có cho thêm sinh tố mỗi ngày để có đủ sinh tố D. Hai cốc sữa tươi cung cấp 200 đơn vị quốc tế (International Units/IU) sinh tố D, đây là số lượng đủ cho những người nói chung mạnh khoẻ, tuổi từ 1 đến 50.
- Các thực phẩm khác giàu chất sinh tố D bao gồm cá béo, lòng đỏ trứng, dầu gan cá và một vài loại nấm.

Thuốc bổ

- Nếu phải dùng thêm thuốc bổ, Bộ Y Tế Canada đề nghị những người từ hai đến năm mươi tuổi uống thuốc bổ sinh tố D 200 IU mỗi ngày.
- Ngoài việc làm theo Tài liệu Hướng dẫn về Thực phẩm của Canada, tất cả những người trên 50 tuổi nên uống thuốc bổ sinh tố D loại 400 IU. Số lượng sinh tố D trong thực phẩm theo như đề nghị bởi tài liệu Hướng dẫn Thực phẩm là không đủ để thỏa mãn số lượng cần hấp thụ vào cơ thể cho đủ (Adequate Intakes) với những người trên 50 tuổi nhằm giảm thiểu nguy cơ bị gãy xương.

Hoàn cảnh của mọi người không ai giống ai, vì vậy điều quan trọng là hãy thảo luận nhu cầu phải làm xét nghiệm sinh tố D và việc dùng thuốc bổ với người chăm sóc sức khỏe cho quý vị.

Để biết thêm chi tiết về Tài liệu Hướng dẫn Thực phẩm của Canada (Canada's Food Guide) và việc dùng thuốc bổ sinh tố D, xin viếng trang mạng của **BỘ Y TẾ Canada** tại địa chỉ www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/vitamin/vita-d-eng.php,

hoặc viếng mạng **Eat Right Ontario (Ăn uống Lành mạnh)** tại địa chỉ <http://www.eatrightontario.ca/en/ViewDocument.aspx?id=218>

Chứng cứ hiển nhiên

Vào tháng Sáu 2010, Ủy ban Cố vấn Kỹ thuật cho Y tế Ontario (Ontario Health Technology Advisory Committee/OHTAC) đã đưa ra các khuyến cáo về việc làm xét nghiệm sinh tố D dựa trên trên việc tái duyệt minh chứng y khoa hiện thời. OHTAC đã thấy rằng việc làm xét nghiệm sinh tố D theo định kỳ là điều không có cơ sở hợp lý và đồng thời nói rằng Bộ Y Tế Canada đã đưa ra các khuyến cáo về việc uống đủ sinh tố D hàng ngày cho những người Canada khỏe mạnh.

Ủy ban Cố vấn Kỹ thuật cho Y tế Ontario là một cơ quan chuyên môn, làm việc độc lập, cơ quan này đưa ra các đề nghị cho hệ thống y tế và cho Bộ Y tế và Chăm Sóc Dài Hạn của Ontario (Ontario Ministry of Health and Long-Term Care) về những kỹ thuật y tế tốt nhất cho Ontario.

Các sự thật về vấn đề sinh tố D

- Kể từ năm 2004, việc làm xét nghiệm sinh tố D đã gia tăng vào khoảng 2,500 phần trăm
- 29,000 cuộc xét nghiệm đã được thực hiện trong năm 2004. Hơn 700,000 cuộc xét nghiệm đã được làm trong năm 2009
- Ủy ban Cố vấn Kỹ thuật cho Y tế Ontario đã nhận thấy rằng chỉ vào khoảng năm phần trăm những người trưởng thành và trẻ em Canada là thiếu chất sinh tố D căn cứ theo các mức bình thường được đề nghị cần có.
- Những người có màu da sậm hơn và những người sống ở phương Bắc thì có nhiều nguy cơ bị thiếu sinh tố D hơn và dù rằng chỉ duy nhất một điều này cũng chưa đủ cơ sở cho việc làm xét nghiệm sinh tố D. Điều đó chỉ cho biết rằng có một nhu cầu lớn hơn trong việc phải chắc chắn là những người đó phải nhận được đủ sinh tố D thông qua việc ăn uống lành mạnh và dùng thêm thuốc bổ.

Chất lượng và Giá trị trong vấn đề Y tế

Ontario có một kế hoạch để cải thiện chất lượng và giá trị của việc chăm sóc sức khỏe bằng cách tài trợ cho các dịch vụ nào được hỗ trợ tốt nhất bởi các minh chứng y khoa hiện có. Qua sự sử dụng minh chứng y khoa trong việc thực hiện các quyết định cho việc chăm sóc bệnh nhân, chúng ta đang cố gắng để sử dụng một cách tốt nhất các nguồn tài nguyên y tế của chúng ta. Sự thay đổi trong việc cho làm xét nghiệm sinh tố D phản ảnh phương thức này. Hệ thống y tế không thể tiếp tục trả tiền cho các xét nghiệm và các phẫu thuật mà không cần thiết về mặt y khoa.

Các quốc gia trên thế giới hiện đang chuyển hướng sự chú trọng của họ trong lĩnh vực y tế để đặt trọng tâm vào vấn đề chất lượng và giá trị, và Ontario cũng không nằm ngoài biệt lệ. Chúng ta biết rằng các chi phí y tế đang leo thang ở một mức mà đe dọa trở thành không còn gánh nổi nữa. Nếu chúng ta muốn chắc chắn rằng hệ thống y tế của chúng ta có các tài nguyên mà hệ thống cần cho dân chúng Ontario trong tương lai, chúng ta cần bắt đầu sử dụng tốt hơn các nguồn tài nguyên của ngày hôm nay. Yêu cầu thực hiện những cuộc xét nghiệm y khoa không cần thiết là sử dụng không đúng cách các nguồn tài nguyên hạn chế mà có thể cần sử dụng cho những nơi khác. Bằng chứng y khoa tốt nhất hiện có chứng minh một cách rõ ràng rằng việc làm xét nghiệm sinh tố D theo định kỳ cho quảng đại công chúng là điều y khoa không cần thiết. Hành động dựa trên minh chứng đó, chính phủ Ontario đã ngưng tài trợ cho những xét nghiệm như vậy và sẽ dùng các nguồn tiền cho những phương cách thật sự có ích cho dân chúng Ontario.

Để có thêm chi tiết xin viếng trang mạng

www.health.gov.on.ca/en/public/programs/ohip/changes/vitamin_d.aspx