

THIÁ^{03/4}U MÃ•U CÆ TIM TRÃŠN BÁ»†NH NHÃ,N Ä•Ä•I THÃ•O Ä•Æ^{-á}»œNG- NHÁ»®NG / CÁ⁰IN BIÁ^{03/4}T

Ä•Ä•ng gÄ•p cá»Ša Thuc Duong
01/03/2011

Thiá⁰u máu cÆi tim hay còn gá»•i suy má⁰ich vành là khái niá»†m Ä'Æ^{°á}»£c dùng rá»™ng rãi trong cá»™ng Ä'á»"ng Ä'á»f chá»% bá»†nh lý há⁰p Ä'á»™ng má⁰ich vành làm cho máu không Ä'á⁰¿n nuôi tim Ä'á⁰Šy Ä'á»Š.

Ä'á»™ng má⁰ich vành là Ä'á»™ng má⁰ich nào, có chá»©c nÄfng gì?

Tim là má»™t bá»™ phá⁰-n có chá»©c nÄfng bÆim máu Ä'á⁰¿n nuôi các cÆi quan trong cÆi thá»f. Sá»± làm viá»†c liên tá»†c, suá»'t ngày Ä'êm nhÆ[°] vá⁰-y sá⁰½ cá⁰Šn má»™t lÆ^{°á}»£ng lá»›n nÄfng lÆ^{°á}»£ng. Ä'á»™ng má⁰ich vành là tên gá»•i cá»Ša các Ä'á»™ng má⁰ich dá⁰«n máu (chá⁰† dinh dÆ^{°á}»ng,nÄfng lÆ^{°á}»£ng) Ä'á⁰¿n nuôi tim Ä'á»f cho tim có thá»f hoàn thành chá»©c nÄfng cá»Ša nó.

Nguyên nhân cá»Ša bá»†nh Ä•M vành?

Há⁰Šu há⁰t các trÆ^{°á}»ng há»£p bá»†nh Ä'á»™ng má⁰ich vành là do xÆi vá»¯a Ä'á»™ng má⁰ich gây ra. Hiá»†n nay, khi nói Ä'á⁰¿n nguyên nhân cá»Ša bá»†nh lý Ä•M vành ngÆ^{°á}»•i ta dùng Ä'á⁰¿n khái niá»†m yá⁰¿u tá»' nguy cÆi cá»Ša bá»†nh Ä•M vành.

Yá⁰¿u tá»' nguy cÆi cá»Ša bá»†nh Ä•M vành là nhá»ng yá⁰¿u tá»' nào?

Ä•ó là: tÄfng huyá⁰¿t áp, rá»i loá⁰¿n lipid máu (LDL cao, HDI thá⁰†p, Triglyceride cao). Hút thuá»'c lá, Béo phì, Ä'ái tháo Ä'Æ^{°á}»ng, gia Ä'ình có ngÆ^{°á}»•i bá»†nh Ä•M vành sá»m, tuá»•i cao…

Tá»• lá»† bá»†nh má⁰ich vành á»Ÿ ngÆ^{°á}»•i Ä'ái tháo Ä'Æ^{°á}»ng và ngÆ^{°á}»•i bình thÆ^{°á}»ng có khác nhau không?

Má»™t nghiên cá»© cho thá⁰†y: so vá»›i ngÆ^{°á}»•i bình thÆ^{°á}»ng, bá»†nh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ^{°á}»ng có nguy cÆi má⁰c bá»†nh má⁰ich vành tÄfng gá⁰†p 2 - 4 lá⁰Šn. Bá»†nh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ^{°á}»ng có há⁰p hay tá⁰c Ä'á»™ng má⁰ich vành nhiá»•u gá⁰†p 3 lá⁰Šn ngÆ^{°á}»•i bình thÆ^{°á}»ng.

HÆjn 75% bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng nhá°-p viá»ñn vì các biá°çn chá»©ng tim má°jch. Tá»•n thÆ°Æjng Ä'á»™ng má°jch nuôi tim (Ä'á»™ng má°jch vành) sá°½ gây thiá°çu máu cÆj tim, nhá»"i máu cÆj tim, suy tim, chá°çt Ä'á»™t ngá»™t. Ä'ía»•u này nói lên rá°±ng ngÆ°á»•i má°c bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng dá»... bá»« nhá»"i máu cÆj tim hÆjn nhá»ñng ngÆ°á»•i không má°c bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng.

Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng có thá»f dá°«n Ä'á°çn nhá»ñng biá°çn chá»©ng tim má°jch nguy hiá»fm nào?

Nguy cÆj tá»- vong do nhá»"i máu cÆj tim á»Ỗ bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng cao giá°p 2-10 lá°šn so vá»i ngÆ°á»•i bình thÆ°á»•ng. Có tá»i 50% bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng bá»« tá»- vong á»Ỗ lá°šn nhá»"i máu cÆj tim Ä'á°su tiên.Theo Ä'á»c tính, có khoá°ng 30% bá»ñnh nhân vào viá»ñn vì nhá»"i máu cÆj tim má°c Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng, HÆjn 75% bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng nhá°-p viá»ñn vì các biá°çn chá»©ng tim má°jch và há°p Ä'á»™ng má°jch vành diá»...n biá°çn âm thá°sm, bá»ñnh nhân không có cá°m giác Ä'au.

Nhá»ñng biá»fu hiá»ñn triá»ñn chá»©ng cá»sa bá»ñnh Ä'á»™ng má°jch vành á»Ỗ bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng.

Má»™t Ä'á°c Ä'ía»fm rá°ñt quan trá»•ng phá°çi luôn luôn nhá°ñn má°jnh, Ä'ó là biá»fu hiá»ñn lâm sàng bá»ñnh má°jch vành á»Ỗ các bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng rá°ñt nghèo nàn. Rá°ñt nhía»•u bá»ñnh nhân bá»« thiá°çu máu cÆj tim, thá°-m chí nhá»"i máu cÆj tim ná°ng mà không há»• biá°çt.

Chính vì lý do Ä'ó, nhá»ñng bá»ñnh nhân bá»« bá»ñnh Ä'•TÄ'• phá°çi thÆ°á»•ng xuyên Ä'i kiá»fm tra tim má°jch Ä'á»«nh ká»³ má»i có thá»f phát hiá»ñn sá»m các dá°ñu hiá»ñn cá»sa thiá°çu máu cá»c bá»™ cÆj tim.

Tuy nhiên, cÁ°ng có nhía»•u bá»ñnh nhân có biá»fu hiá»ñn lâm sàng bá°±ng cÆjn Ä'au thá°t ngá»±c (cÆjn Ä'au thá°t sau xÆ°Æjng á»©c, Ä'au có cá°m giác nhÆ° bóp nghá°t tim, lan lên vai trái, cá°±m hoá°c cánh tay trái); hoá°c cá°m giác tá»©c ná°ng ngá»±c trái, há»"i há»™p Ä'ánh trá»ñng ngá»±c...

TrÆ°á»c tá°ñt cá°ng các dá°ñu hiá»ñn bá»ñt thÆ°á»•ng, dù là rá°ñt nhá»•, ngÆ°á»•i bá»ñnh cÁ°ng cá°šn Ä'Æ°á»•c khám xét ká»¹ lÆ°á»jng vá»• tim má°jch

Bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng cá°šn làm gì Ä'á»f há°jn chá°ç nguy cÆj.

Bá»ñnh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng có tá»% lá»ñ biá°çn chá»©ng tim má°jch cao hÆjn ngÆ°á»•i bình thÆ°á»•ng và tiên lÆ°á»£ng bá»ñnh ná°ng hÆjn. Vì vá°-y khi có bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng, cá°šn kiá»fm tra thÆ°á»•ng xuyên các nguy cÆj tim má°jch.

Để phòng biến chứng tim mạch ở bệnh nhân tiểu đường, nên áp dụng các biện pháp sau:

 - Kiểm tra đường huyết thường xuyên để đảm bảo mức đường huyết nằm trong phạm vi mục tiêu (thường là 4-8 mmol/L).

 - Áp dụng chế độ ăn uống lành mạnh, giảm carbohydrate tinh chế, tăng cường rau xanh và trái cây.

 - Tập thể dục đều đặn để cải thiện độ nhạy insulin.

 - Uống thuốc theo đúng chỉ định của bác sĩ.

Ngoài ra, bệnh nhân tiểu đường cũng cần kiểm tra nồng độ lipid máu và huyết áp định kỳ. Nếu có bất thường, cần điều trị theo hướng dẫn của bác sĩ để giảm nguy cơ biến chứng tim mạch.

Để kiểm tra đường huyết, nên dùng máy đo đường huyết cá nhân. Nên dùng loại máy đo đường huyết có độ chính xác cao, không cần chích máu nhiều. Nên dùng loại máy đo đường huyết có màn hình hiển thị kết quả rõ ràng, dễ đọc.