

# THIÁ<sup>03</sup>/<sub>4</sub>U MÃ•U CÆ TIM TRÃŠN Bá»†NH NHÃ,N Ä•Ä•I THÃ•O Ä•Æ<sup>-á</sup>»œNG- NHá»®NG / Cá<sup>0</sup>IN BIá<sup>03</sup>/<sub>4</sub>T

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

Thiá<sup>0</sup>¿u máu cÆ<sub>i</sub> tim hay còn gá»•i suy má<sup>0</sup>¿ich vành là khái niá»†m Ä'Æ<sup>°á</sup>»£c dùng rá»™ng rãi trong cá»™ng Ä'á»"ng Ä'á»f chá»% bá»†nh lý há<sup>0</sup>1p Ä'á»™ng má<sup>0</sup>¿ich vành làm cho máu không Ä'á<sup>0</sup>¿n nuôi tim Ä'á<sup>0</sup>Šy Ä'á»Š.

Ä•á»™ng má<sup>0</sup>¿ich vành là Ä'á»™ng má<sup>0</sup>¿ich nào, có chá»©c nÄfng gì?

Tim là má»™t bá»™ phá<sup>0</sup>-n có chá»©c nÄfng bÆ<sub>i</sub>m máu Ä'á<sup>0</sup>¿n nuôi các cÆ<sub>i</sub> quan trọng cÆ<sub>i</sub> thá»f. Sá»± làm viá»†c liên tá»†c, suá»†t ngày Ä'êm nhÆ<sup>°</sup> vá<sup>0</sup>-y sá<sup>0</sup>½ cá<sup>0</sup>Šn má»™t |Æ<sup>°á</sup>»£ng lá»›n nÄfng |Æ<sup>°á</sup>»£ng. Ä•á»™ng má<sup>0</sup>¿ich vành là tên gá»•i cá»Ša các Ä'á»™ng má<sup>0</sup>¿ich dá<sup>0</sup>«n máu (chá<sup>0</sup>† dinh dÆ<sup>°á</sup>»ng,nÄfng |Æ<sup>°á</sup>»£ng) Ä'á<sup>0</sup>¿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?

Há<sup>0</sup>Šu há<sup>0</sup>¿t các trÆ<sup>°á</sup>»ng há»£p bá»†nh Ä'á»™ng má<sup>0</sup>¿ich vành là do xÆ<sub>i</sub> vá»-a Ä'á»™ng má<sup>0</sup>¿ich gây ra. Hiá»†n nay, khi nói Ä'á<sup>0</sup>¿n nguyên nhân cá»Ša bá»†nh lý Ä•M vành ngÆ<sup>°á</sup>»i ta dùng Ä'á<sup>0</sup>¿n khái niá»†m yá<sup>0</sup>¿u tá»†' nguy cÆ<sub>i</sub> cá»Ša bá»†nh Ä•M vành.

Yá<sup>0</sup>¿u tá»†' nguy cÆ<sub>i</sub> cá»Ša bá»†nh Ä•M vành là nhá»-ng yá<sup>0</sup>¿u tá»†' nào?

Ä•ó là: tÄfng huyá<sup>0</sup>¿t áp, rá»i loá<sup>0</sup>¿n lipid máu (LDL cao, HDI thá<sup>0</sup>†p, Triglyceride cao). Hút thuá»c lá, Béo phì, Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>°á</sup>»ng, gia Ä'ình có ngÆ<sup>°á</sup>»i bá»† bá»†nh Ä•M vành sá»›m, tuá»•i cao&hellip;

Tá»• lá»† bá»†nh má<sup>0</sup>¿ich vành á»Ÿ ngÆ<sup>°á</sup>»i Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>°á</sup>»ng và ngÆ<sup>°á</sup>»i bình thÆ<sup>°á</sup>»ng có khác nhau không?

Má»™t nghiên cá»© cho thá<sup>0</sup>†y: so vá»›i ngÆ<sup>°á</sup>»i bình thÆ<sup>°á</sup>»ng, bá»†nh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>°á</sup>»ng có nguy cÆ<sub>i</sub> má<sup>0</sup>-c bá»†nh má<sup>0</sup>¿ich vành tÄfng gá<sup>0</sup>†p 2 - 4 lá<sup>0</sup>Šn. Bá»†nh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ<sup>°á</sup>»ng có há<sup>0</sup>1p hay tá<sup>0</sup>-c Ä'á»™ng má<sup>0</sup>¿ich vành nhía»•u gá<sup>0</sup>†p 3 lá<sup>0</sup>Šn ngÆ<sup>°á</sup>»i bình thÆ<sup>°á</sup>»ng.

HÆj 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 hÆj 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°ñn 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°ñn nhá»"i máu cÆj tim Ä'á°su tiên. Theo Æ°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, HÆj 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°t quan trá»•ng phá°i 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°t nghèo nàn. Rá°t nhiá»•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°i 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°u hiá»ñn cá»sa thiá°çu máu cá»c bá»™ cÆj tim.

Tuy nhiên, cÁ°ng có nhiá»•u bá»ñnh nhân có biá»fu hiá»ñn lâm sàng bá°ng cÆj Ä'au thá°t ngá»±c (cÆj 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°t cá° các dá°u hiá»ñn bá»ñnh thÆ°á»•ng, dù là rá°t nhá»•, ngÆ°á»•i bá»ñnh cÁ°ng cá°ñn 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°ñn 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 hÆj ngÆ°á»•i bình thÆ°á»•ng và tiên lÆ°á»•ng bá»ñnh ná°ng hÆj. Vì vá°-y khi có bá»ñnh Ä'ái tháo Ä'Æ°á»•ng, cá°ñn 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 kiểm tra huyết áp ít nhất một lần mỗi tuần. Nếu huyết áp cao hơn 135/85 mmHg. Biện pháp tốt nhất là tăng cường tập thể dục, giảm cân, chế độ ăn uống ít muối và ít chất béo, giảm lượng đường trong máu. Nếu cần, nên dùng thuốc hạ huyết áp.

Còn để phòng biến chứng thần kinh, nên kiểm tra nồng độ lipid máu và đường huyết ít nhất một lần mỗi năm, không uống rượu bia, không hút thuốc, không dùng thuốc lá, nên uống thuốc hạ đường huyết theo chỉ định của bác sĩ.

Để kiểm tra nồng độ đường huyết, nên kiểm tra đường huyết lúc đói ít nhất một lần mỗi tuần, thay đổi cách sống, tăng cường vận động, không uống rượu bia, không hút thuốc, nên kiểm tra nồng độ đường huyết ít nhất một lần mỗi năm. Nếu cần, nên dùng thuốc hạ đường huyết 30 phút/lần, 3-4 lần/tuần.