

# THIÁ<sup>03/4</sup>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>03/4</sup>T

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

Thiá<sup>0</sup>u máu cÆi 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>p 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 bÆim máu Ä'á<sup>0</sup>¿n nuôi các cÆi quan trong cÆi 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 lÆ<sup>°á</sup>»£ng lá»›n nÄfng lÆ<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 lÆ<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 xÆi 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 cÆi cá»Ša bá»†nh Ä•M vành.

Yá<sup>0</sup>¿u tá»†' nguy cÆi 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»† 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 cÆi 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>p 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.

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 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, 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°t quan trá»•ng phá°i luôn luôn nhá°n 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 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°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°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.

Á»f phòng biá»çn chá»©ng tim má»ch á»Ý bá»ñnh nhân Á»ái tháo Á»Æ°á»•ng, ngÆ°á»•i bá»ñnh phá»Æi bá»• thuá»c lá, kiá»fm soát huyá»çt áp má»çc tiêu Á»á»t HA dÆ°á»i 135/85 mmHg. Biá»ñn pháp tá»t nhá»t là tĂfng tá»p thá»f dá»çc Á»á»u Á»á»n, giá»Æm cân, cá»ñn phá»i há»Æp Ăfn kiêng vá»i tá»p thá»f dá»çc, ngÆ°á»•i má»p giá»Æm 10% trá»ng lÆ°á»Æng cÆj thá»f, há»çn chá»ç Ăfn muá»i, uá»ng thuá»c kiá»fm soát HA.

Còn Á»á»f Á»iá»•u trá»ç rá»i loá»çn lipid máu cá»ñn giá»Æm cân, không Ăfn má»çj Á»á»™ng vá»-t, Ăfn thá»©c Ăfn nhiá»•u chá»çt xÆj, nên uá»ng thuá»c giá»Æm má»çj máu theo chá»%o Á»á»çnh cá»ça bác sĂ©.

Á»á»f kiá»fm soát Á»Æ°á»•ng máu, nên Á»Æ°a Á»Æ°á»•ng máu lúc Á»ói Á»á»çn gá»ñn bình thÆ°á»•ng, thay Á»á»•i cách sá»ng, tĂfng vá»-n Á»á»™ng, không Ăfn ngá»•t, há»çj Á»Æ°á»•ng máu bá»±ng cách uá»ng thuá»c viên hay chích insuline. Vá»• vá»-n Á»á»™ng, nên tá»p thá»f dá»çc tá»i thiá»fu 30 phút/lá»ñn, 3-4 lá»ñn/tuá»ñn.