

THIÁ⁰³/₄U MÃ•U CÆ TIM TRÃŠN Bá»†NH NHÃ,N Ä•Ä•I THÃ•O Ä•Æ^{-á}»œNG- NHá»®NG / Cá⁰IN BIá⁰³/₄T

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

Thiá⁰¿u máu cÆ_i tim hay còn gá»•i suy má⁰¿ch 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 há⁰1p Ä'á»™ng má⁰¿ch vành làm cho máu không Ä'á⁰¿n nuôi tim Ä'á⁰Šy Ä'á»Š.

Ä•á»™ng má⁰¿ch vành là Ä'á»™ng má⁰¿ch nào, có chá»©c nÄfng gì?

Tim là má»™t bá»™ phá⁰-n có chá»©c nÄfng bÆ_im máu Ä'á⁰¿n nuôi các cÆ_i quan trọng cÆ_i thá»f. Sá»± làm viá»†c liên tá»†c, suá»†t ngày Ä'êm nhÆ[°] vá⁰-y sá⁰½ cá⁰Šn má»™t |Æ^{°á}»£ng lá»›n nÄfng |Æ^{°á}»£ng. Ä•á»™ng má⁰¿ch vành là tên gá»•i cá»Ša các Ä'á»™ng má⁰¿ch dá⁰«n máu (chá⁰† dinh dÆ^{°á}»ng,nÄfng |Æ^{°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 há⁰¿t các trÆ^{°á}»ng há»£p bá»†nh Ä'á»™ng má⁰¿ch vành là do xÆ_i vá»-a Ä'á»™ng má⁰¿ch 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 cÆ_i cá»Ša bá»†nh Ä•M vành.

Yá⁰¿u tá»†' nguy cÆ_i 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»† bá»†nh Ä•M vành sá»†m, tuá»•i cao…

Tá»• lá»† bá»†nh má⁰¿ch vành á»† 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»† ngÆ^{°á}»i bình thÆ^{°á}»ng, bá»†nh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ^{°á}»ng có nguy cÆ_i má⁰-c bá»†nh má⁰¿ch vành tÄfng gá⁰†p 2 - 4 lá⁰Šn. Bá»†nh nhân Ä'ái tháo Ä'Æ^{°á}»ng có há⁰1p hay tá⁰-c Ä'á»™ng má⁰¿ch vành nhía»•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°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 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°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 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°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°jnh 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°ñn 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 Á»ñn 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»ñn chá»ç Á»ñn muá»i, uá»ng thuá»c kiá»fm soát HA.

Còn Á»á»f Á»iá»•u trá»ç rá»i loá»ñn lipid máu cá»ñn giá»Æm cân, không Á»ñn má»j Á»á»™ng vá»t, Á»ñn thá»©c Á»ñn nhiá»•u chá»çt xÆj, nên uá»ng thuá»c giá»Æm má»j máu theo chá»% Á»á»ñh 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 Á»ñn ngá»•t, há»j Á»Æ°á»•ng máu bá»ñng 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.