

Bệnh tim và các phương pháp điều trị

Heart disease - how treatments can help

Các động mạch trên cơ thể có nhiệm vụ dẫn máu đều đặn về tim. Nếu máu không chảy về đều đặn, các hoạt động của tim sẽ kém phần hiệu quả.

Tại sao động mạch hẹp lại?

Với thời gian, cơ thể tiết ra một chất giống như mỡ gọi là "bựa". Chất này bám vào thành động mạch là cho động mạch hẹp lại, khiến cho máu khó chảy về tim.

Nếu động mạch bị hẹp thì sao?

Nó có thể dẫn đến chứng tức ngực (angina) hoặc cơn đau tim.

- Chứng tức ngực xảy ra khi tim không nhận được đủ lượng máu cần thiết. Triệu chứng gồm: tức ngực, có cảm giác như ngực bị thắt lại, cánh tay đau nhức. Đôi khi người bệnh toát mồ hôi hoặc cảm thấy buồn nôn. Những triệu chứng vừa kể cho thấy quý vị bị mắc bệnh tim và cần đi bác sĩ khám càng sớm, càng tốt. Chứng tức ngực vì tim thiếu máu khác với cơn đau tim. Nhưng chứng này có thể làm tăng nguy cơ gây ra đau tim.
- Cơn đau tim xảy ra khi máu đông cục ở động mạch vốn đã hẹp vì bị "bựa" bám ở thành và làm cho máu không về tim được. Tim có thể bị hư hại vĩnh viễn, nếu lượng máu tiếp tế về tim bị cắt đứt quá lâu. Do đó, nếu trong nhà có người bị lên cơn đau tim, quý vị nên đưa vào bệnh viện để chữa trị sớm chừng nào, sẽ tránh được sự hư hại gây ra cho cơ tim nhiều chừng ấy.

Việc chữa trị ra sao?

Các bệnh viện đều dùng việc khai thông chỗ động mạch bị nghẽn như phương pháp chữa trị chính. Nếu động mạch được khai thông sớm chừng nào, sẽ tránh được sự hư hại cho tim nhiều chừng ấy. Bác sĩ sẽ sắp xếp để quý vị được chụp quang tuyến X bằng một phương pháp đặc biệt gọi là angiogram (chụp quang tuyến xem xét tim và động mạch) để xem động mạch bị nghẽn nhiều hay ít. Kể đó họ mới cho quý vị biết trường hợp của mình sẽ được điều trị cách nào. Có nhiều trường hợp bệnh nhân chỉ cần uống thuốc. Nhưng nếu bị lên cơn đau tim, quý vị sẽ cần phải uống thuốc và giải phẫu thông động mạch (angioplasty).

Điều trị bằng thuốc

Việc điều trị bằng thuốc nhằm đạt được những mục đích sau đây:

- có thể giúp làm tan chỗ máu đông cục và khai thông chỗ động mạch bị nghẽn.
- có thể làm máu lỏng hơn, làm giảm nguy cơ lên cơn đau tim hay chứng máu xâm (tai biến mạch máu não).
- có thể làm hạ áp huyết
- có thể làm hạ lượng mỡ trong máu (cholesterol). Có lượng mỡ trong máu cao là một nguyên nhân gây chứng nghẽn động mạch.
- làm nhẹ các triệu chứng của chứng tức ngực.
- giúp làm lành vết thương ở cơ tim, nếu cơ tim bị hư hại.

Giải phẫu thông động mạch (angioplasty)

Phương pháp giải phẫu giản dị này có mục đích cải thiện lượng máu chảy về tim bằng cách nới rộng động mạch. Đôi khi người bệnh chỉ gần được gây tê cục bộ, chứ không cần được đánh thuốc mê toàn diện, và chỉ cần nằm bệnh viện một thời gian ngắn. Bác sĩ sẽ nới rộng động mạch bằng cách nhét một loại bong bóng đặc biệt vào chỗ động mạch bị nghẽn. Khi bong bóng lọt vào động mạch, người ta sẽ thổi cho nó phồng lên, trước khi lấy ra lại. Phương pháp này sẽ làm cho động

mạch rộng ra thêm. Kế đó, bác sĩ sẽ nhét một cái ống bằng kim loại gọi là "khuôn" (stent) vào chỗ mạch máu đã được nối rộng. Ống kim loại này sẽ được giữ nguyên ở đó để giữ cho động mạch khỏi hẹp lại.

Giải phẫu nối mạch

Phương pháp này cũng nhằm đưa máu đến tim. Bác sĩ 'mượn' một khúc động mạch khác trên cơ thể bệnh nhân (ở ngực, chân hay tay) để nối vào động mạch bị nghẽn, nhờ đó máu có thể đi vòng qua khúc bị nghẽn để lên tim. Người bệnh khi được giải phẫu theo phương pháp này cần được gây mê toàn diện và phải nằm lại bệnh viện lâu hơn. Cũng tương tự như phương pháp giải phẫu để nối mạch (angioplasty), việc giải phẫu thường an toàn và hữu hiệu.

Những phương pháp quan trọng khác?

Đó là những thói quen lành mạnh. Động mạch bị nghẽn thường do những thói quen xấu con người có thể thay đổi được, thí dụ như hút thuốc, ăn những thứ không có lợi cho sức khỏe, và cơ thể thiếu vận động. Do đó, điều quan trọng là:

- Bỏ hút thuốc. Hút thuốc gây hư hại và làm yếu thành động mạch.
- Tránh dùng mỡ hay loại chất béo không có lợi cho sức khỏe (còn gọi là chất béo "no" - saturated fats) - đó là loại chất béo chứa trong thịt mỡ, chất béo chứa trong pho sản của sữa (thí dụ như bơ), mỡ heo, đầu dứa, nước cốt dừa, thức ăn chiên sẵn (fried takeaway foods) và các loại bánh ngọt mua ở tiệm.
- Thường xuyên vận động. Những sinh hoạt thể chất như đi bộ thường xuyên rất có lợi cho tim. Nếu đã từng lên cơn đau tim, bác sĩ có thể giới thiệu quý vị đến các chương trình tập thể dục vừa có lợi cho sức khỏe, vừa phù hợp với bệnh tim của mình.

Nếu không thạo Anh Ngữ, quý vị nên gọi điện thoại cho Ban Thông Ngôn Qua Điện Thoại (TIS), ở số 131 450 trước, nhờ họ liên lạc giúp mình.

Muốn có tài liệu liên quan đến các vấn đề y học thường thức bằng Việt Ngữ, quý vị có thể liên lạc với Trung Tâm Hướng Dẫn và Giáo Dục Y Tế Đa Văn Hóa (Multicultural Communication) trên hệ thống liên mạng, theo địa chỉ dưới đây:

<http://www.mhcs.health.nsw.gov.au>

Địa chỉ và số điện thoại tại các nơi nêu trên hoàn toàn chính xác trong lúc bài này được viết. Tuy nhiên vì các chi tiết này thường thay đổi, muốn cho chắc chắn xin quý vị xem lại trong niên giám điện thoại.