

24 triệu u chong bnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s u t m
Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

Các v đau đ n hay bnh t t thông th ng r t có th là chng có gì quan tr ng... nhng đôi khi i vô cùng nghiêm tr ng.

Vì v y chúng ta c n ph i c n th n cân nh c nhng gì ph i làm m i khi s vi c x y ra cho chúng ta.



1- Khi không (bng nhiên) th y t c th

Lý do: có th là do ngh n m ch ph i (pulmonary embolus).

Nh n xét: C m th y khó th sau khi t p th d c hay đang ng i có th là do v n đ ng hay do u t lo ng.

Nhng n u đ t nhiên b khó th có th là do chng ngh n m ch ph i do c c đông máu làm ngh t m ch máu trong ph i. Bnh này có th nguy hi m t i tính m ng. M t lý do khác là tìm lên c n đau ho c tr y tim. C hai tình hu ng trên đ u làm cho bnh nhân th g p hay khó ch u ho c c m th y thi u không khí . C n đ a bnh nhân đi c p c u.

2- Tim đ p r n trong khi đang ng i yên

24 triệu chứng bệnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s&#u t&#m
Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

Lý do: có thể là do lên cơn đau tim (heart attack).

Nhận xét: Đánh trống ngực (palpitations) có thể chỉ là vì quá lo lắng, nhưng cũng có thể là dấu hiệu của cơn đau tim hay chứng loạn nhịp tim (arrhythmia). Nên liên lạc với bác sĩ ngay.

3- Choáng váng chóng mặt khi ra khỏi giường

Lý do: có thể là do huyết áp thấp.

Nhận xét: Chóng mặt vào buổi sáng sớm có thể là "huyết áp thấp đứng thẳng" (orthostatic hypotension) gây ra bởi sự mất nước (dehydration), bệnh tiểu đường, bệnh Parkinson, bệnh trầm cảm, hay thuốc men bao gồm cả thuốc lợi tiểu và thuốc huyết áp. Một lý do khác có thể là chứng "chóng mặt tư thế lành tính" (benign positional vertigo) gây ra bởi sự xáo trộn của các bộ phận cân bằng của tai trong. Nên đi gặp bác sĩ để chẩn đoán.

4- Nồng tiểu tiện rò rỉ

Lý do: có thể là do chứng són đái (urinary incontinence) mà nguyên nhân không phải vì lão hóa, nhiễm khuẩn đường tiểu (urinary tract infection-UTI), bệnh tiểu đường, dây thần kinh bị ép. hoặc tiểu đường

Nhận xét: đi gặp bác sĩ để chẩn đoán

5- Đau đầu như búa búa

Lý do: có thể là do xuất huyết não

24 triệu chứng bệnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s&#u t&#m

Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

Nh&#n xét: Trong ph&#n l&#n tr&#ng h&#p đó là triệu chứng cơn đau nửa đầu (migraine) cơn u&#ng thu&#c gi&#m đau và ngh&# ng&#i là h&#t. Những cơn vài triệu chứng h&#p hiếm xảy ra là chứng cơn đau có thể là đau nửa đầu có khi u có khi u hay xuất huyết trong não. Cần đặc biệt chú ý là khi cơn đau nửa đầu bên đầu cơn cách đột ngột và kéo dài mà l&#i kèm theo buồn nôn, ói m&#a, và chóng mặt. Trong triệu chứng h&#p sau này phải đi bệnh viện gấp.

6- Mắt bị sưng vù

Lý do: có thể là do viêm dây thần kinh mắt (optic neuritis).

Nh&#n xét: Dây thần kinh mắt có thể bị nhiễm khuẩn hay bị đứt gãy. Nếu u chữa sớm thì không hại gì cho mắt vì vậy u cần đi bác sĩ khám kịp.

7- Tai đau và mắt nhìn thấy hai hình (song thị)

Lý do: có thể do tai giữa bị nhiễm khuẩn

Nh&#n xét: Bệnh có thể trở thành nghiêm trọng hơn vì vậy u cần đi bác sĩ khám thì u chứng đau không dứt và/hoặc có thể thêm chóng mặt l&#o đ&#o, cơn đau, ói m&#a, song thị, nửa ng&#n&#a th&#c, cơn chóng mặt, sưng mắt sau tai, sốt nửa u và liệt mắt.

8- Tự nhiên giảm sút ký

Lý do: có thể là do ung thư.

Nh&#n xét: Nếu u ăn uống vẫn bình thường nhưng cũ mà đột nhiên bớt sút cân thì có thể là bệnh

24 triệu chứng bệnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s&#u t&#m

Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

ác tính. Một nguyên nhân khác cũng có thể là do sự bất bình thường nội tiết (endocrinic abnormality) như bệnh tuyến giáp trạng (thyroid disorder), trầm cảm hay tiểu đường. Nên đi gặp bác sĩ ngay để chẩn đoán.

9- Đau đớn nhiên đau háng

Lý do: có thể là do tinh hoàn bị xoắn

Nhận xét: Đây là một khuyết tật bẩm sinh khá thông thường. Khi tinh trùng bị xoắn làm máu không chảy tới tinh hoàn. Cảm đau cũng giống như bị đá vào háng. Đôi khi ngoài cảm đau còn thấy sưng nề. Trong vòng 4 hay 6 tiếng thì còn cứu được, chờ trễ từ 12 đến 24 tiếng thì coi như phôi chết. Một nguyên nhân khác có thể là nhiễm khuẩn mào tinh hoàn (epididymis) tức là bị nhiễm trùng tinh trùng. Trong trường hợp này có thể dùng thuốc sinh để chữa trị.

10 - Đau nhói gan bàn chân

Lý do: có thể là do bệnh thần kinh (neuropathy) .

Nhận xét: Đau nhói có tái phát bất cứ chỗ nào trên cơ thể có thể là do sự nén ép dây thần kinh, tăng thông khí phổi (hyperventilation) hoặc bệnh thần kinh. Liên lạc với bác sĩ càng sớm càng tốt.

11- Vết thâm tím mãi không tan

Điêu gì xảy ra: bệnh tiểu đường.

Nhận xét: Vết đỏ tấy hay thâm tím chậm lành có thể là dấu hiệu của bệnh tiểu đường (dấu hiệu khác gồm có da ngứa hoặc đau nhói bàn tay hay bàn chân). Nên tìm cách giảm cân (giảm

24 triệu u chong bnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s&#u t&#m
Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

10 ph&#n trăm tr&#ng l&#ng &#nh h&#ng đáng k&# lên m&#c đ&#ng trong máu), t&#p th&# đ&#c và coi ch&#ng thói quen ăn u&#ng.

12 - R&#ng đau bu&#t khi ăn Sô-cô-la

Đ&#u gì s&# x&#y ra: viêm &#i.

Nh&#n xét: M&#t trong nh&#ng đ&#u hi&#u đ&#u tiên c&#a sâu răng là nh&#y c&#m v&#i đ&#ng&#t. Đ&#u hi&#u đ&#u tiên khác là răng m&#t m&#u và có mùi khi chà răng. K&# thu&#t laser có th&# phát hi&#n s&#m các &# răng sâu và tiêu di&#t các vi khu&#n tr&#c khi làm sâu răng.

13 - Vòng eo r&#ng 42 inch

Đ&#u gì s&# x&#y ra: b&#t &#c.

Nh&#n xét: Có th&# b&#y gi&# ch&#a có v&#n đ&# nh&#ng trong t&#ng lai b&#n có th&# b&# lo&#n năng c&#ng đ&#ng (erectile disfunction) . Nguyên do là vì khi đàn ông quá m&#p các đ&#ng m&#ch th&#ng hay b&# ngh&#t nên dòng máu không đ&# làm cho c&#ng. Hãy t&#p th&# đ&#c đ&#u cho đ&#n khi eo thon &#i, th&#t v&#a dây &#ng 34 inch.

14 - M&#t thoáng không th&#y gì - ch&# trong m&#t giây

Lý do: có th&# là do đ&#t qu&# (stroke).

Nh&#n xét: Các y&#u t&# r&#i ro chính c&#a đ&#t qu&# là cao huyết áp (trên 140/90) và cholesterol toàn phần cao hơn 200. B&# tê m&#t bên ng&#i và t&#m th&#i hai m&#t không nhìn th&#y gì là nh&#ng đ&#u hi&#u đáng chú ý nh&#t. Đ&#t nhiên b&# tê, nói liú &#i, hay m&#t th&#ng b&#ng có th&# là b&#ng ch&#ng c&#a m&#t c&#n đ&#t qu&# nh&# g&#i là đ&#t qu&# thi&#u máu c&#c b&# đ&#n k&# (transient ischemic attack- TIA).

24 triệu u chong bnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s u t m

Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

Đ t qu nh này th ng báo tr c m t đ t qu th t s nên khi có triệu u chong c a TIA thì ph i g p bác sĩ ngay.

15 - Có c m giác nh b nóng (heartburn)

Lý do: có th là do ch ng đau th t (angina).

Nh n xét: Đau ng c c hàng gi , lúc có lúc không, đ c bác sĩ g i là "h i ch ng m ch vành không n đ nh" (unstable coronary syndrome). Nguyên nhân là vì các c c đông máu đ c t o thành bên trong thành đ ng m ch vành ngay t i ch m ng (plaque) b b v . Kho ng 50 ph n trăm nh ng ng i có h i ch ng trên đây s b lên c n đau tim trong vòng 6 tháng sau. M i khi th y đau th t ng c, c n ph i đi b nh vi n.

16 - Đau l ng nhi u

Lý do: có th là do ch ng phình m ch (aneurysm).

Nh n xét: Đau cũng t ng t nh v a đ n dep xong t qu n áo b b n. Th nh ng ch m nóng, ngh ng i, u ng thu c gi m đau thông th ng l i không kh i. N u không ph i vì t p th d c thì đau l ng b t ch t nh v y có th là đ u hi u c a ch ng phình m ch. Ch ng đau này ch h t khi đ ng m ch ch b b . M t nguyên nhân khác c a ch ng đau l ng này - kém ph n nguy hi m h n - là s n th n. Bác sĩ cho ch p CT scan đ xác đ nh v trí và hình đ ng c a ch m ch phình, sau đó cho u ng thu c huy t áp hay gi i ph u ghép n i nhân t o.

17- Ng i lâu trên gh không yên

Lý do : có th do các c l ng b cẳng th ng.

24 triệu u chong bnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s u t m
Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

Nh n xét : N u c ph i thay đ i v th ng i luôn t c là có đ u hi u các c l ng b cng th ng và đ i u này có th đ n đ n đau l ng đ i. C n ph i l a ch n gh ng i cho tho i mái, sao cho đ u v trí ngay đ i v i c t s ng đ gi m t i thi u s c cng th ng trên c , vai và l ng đ i.

18 - B n m i bi t thân ph b cao huy t áp

Đ i u gì s x y ra: b n cũng s b cao huy t áp luôn.

Nh n xét: Vì b nh cao huy t áp v a ph i không có đ u hi u bên ngoài nên c n ph i đo huy p áp m i năm m t l n, nh t là n u trong gia đình có ti n s b cao huy t áp. Nghi n c u cho th y là nh ng ng i b cng th ng tinh th n vì cha m m c b nh cao huy t áp cũng có nhi u r i ro b b nh này luôn. N u s đo huy t áp cao h n 140/90, b n nên t p th đ c nhi u h n, tìm cách s t cân, gi m sodium trong ch đ ăn u ng, ăn lo i cá t t cho tim, u ng nhi u vitamin C.

19 - Tay b run khi t p th đ c

Lý do: có th là do c b p b m i m t.

Nh n xét: N u b n đã b t p c nhi u tháng thì c b p b run có th là vì m t m i. Vì v y khi m i t p tr l i b n nên t p v a ph i, đ ng t p quá m t. B n hãy ng ng t p khi c m th y các c b p b t đ u run.

20 - Trong bàn ti c b n th y m i th đ u quay cu ng

Lý do: do b n đã quá chén.

Nh n xét: R u làm suy y u h th n kinh trung ng. Vì v y n u b n u ng quá nhi u, t t c nh ng gì trong c th có liên quan t i h này s đ u b suy y u: trí phán đoán, khí s c, kh

24 triệu u chẹn bẹn - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo s u t m
Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

năng ph i h p và quân bình, s nh y c m v i đau đ n, kh năng sinh đ c... B n nên tránh đ ng u ng r u nhi u. B n nên nh là n u n ng đ r u trong máu h n 0.06 ph n trăm là trên pháp lý b n đã b coi nh là say r u.

21- Đau dai đ ng ở bàn chân và c ng chân

Lý do: nhi u tri n v ng là do g y x ng vì s c nén (stress fracture).

Nh n xét: Cũng gi ng nh các mô khác trong c th , x ng t tái t o. Nh ng n u b n t p th đ c quá m nh, x ng không có c h i đ lành tr l i nên m t v t g y vì s c nén (stress fracture) s có th xu t hi n. Vì th mu bàn chân và phía tr c c ng chân s đau dai đ ng. B n càng t p th đ c thì càng đau và ngay c khi ng ng ngh cũng đau. U ng thu c ibuprofen hay paracetamol không ăn thua gì. Thu c m u phóng x cho th y ch x ng g y qua hình ch p tia X, và bác sĩ s b t b n ph i ngh t p cho đ n khi x ng lành. Tr ng h p x u nh t là b n ph i bó b t vài tu n.

22 - Đau nh c t ở b ng

Lý do: Vì vùng gi a x ng s n và háng có k t đ y các b ph n nên đau có th là triệu u ch ng ho c c a viêm ru t th a, viêm t y t ng ho c c a túi m t b s ng. C ba tr ng h p đ u có cùng m t nguyên nhân : vì m t lý do nào đó các b ph n này đã b nhi m khu n nguy h i đ n tính m ng.

Nh n xét : N u đ b ph n nói trên b v ra thì b nh nhân có th b ch t, vì v y c n đi b nh vi n c p th i.

23- C ng chân b đau và s ng to

Lý do: có th là do ch ng huyết kh i tĩnh m ch sâu (deep vein thrombosis –DVT).

24 triệu u chong bnh - Không nên coi thường

Tác Giả: Saigon Echo sät m

Chúa Nhật, 02 Tháng 10 Năm 2011 12:25

Nhän xét: Chä cän ngäi mät chä liän chäng 6 tiäng hay hän là máu sät ä cäng chän däi täo thành cäc đäng máu (gäi là chäng huyät khäi tänh mạch sâu). Cäc đäng máu đä län sä làm nghät tänh mäch bäp chän gây đau và säng. Xoa cäng chän là điäu đäu tiên bän sä làm nhäng cũng là điäu tä häi nhät vì cäc đäng máu län có thä chäy ngä cä lên phäi, điäu näy gây nguy hiäm đän tänh mäng cäa bän. Muän chäp hình tia X đä đänh bänh DVT bác sĩ phäi chäch chät mäu vào tänh mạch. Bác sĩ sä cho thuäc làm tan cäc đäng máu hoäc đät cái läc vào tänh mäch đä chän cäc đäng máu không cho chäy lên phäi.

24 - Triệu u triệu n bä đau

Lý do: có thä là do ung thä bàng quang (bäng đäi).

Nhän xét: Rän triệu u là cä mät cäc hình và nä cä triệu u läi có màu rä sät. Đau và máu trong nä cä triệu u là hai triệu u chäng cäa ung thä bàng quang. Hút thuäc là yäu tä räi ro bä bänh län nhät. Näu khám phá säm bänh có 90 phän trăm triệu n väng đä cä chäa khäi. Nhiäm khuän bàng quang cũng có cùng các triệu u chäng nhä trên