

## 24 triệu u chng bnh không nên coi thng.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

Các vđ đau đđn hay bnh tđt thông thđng rđt có thđ là chng có gì quan trđng...

nhng đôi khi đđi vô cùng nghiêm trđng. Vì vđy chúng ta cđn phđi cđn thđn cân nhđc nhng gì phđi làm mđi khi sđ viđc xđy ra cho chúng ta.



### 1- Khi không (bng nhiên) thđy tđc thđ

Lý do: có thđ là do nghđn mđch phđi (pulmonary embolus).

Nhđn xét: Cđm thđy khó thđ sau khi tđp thđ đđc hay đang ngđi có thđ là do vđn đđng hay do đđu tđ lo đđng. Nhng nđu đđt nhiên bđ khó thđ có thđ là do chng nghđn mđch phđi do cđc đđng máu làm nghđt mđch máu trong phđi. Bnh này có thđ nguy hiđm tđi tính mđng. Mđt lý do khác là tim lên cđn đau hođc trđy tim. Cđ hai tình huđng trên đđu làm cho bnh nhân thđ gđp hay khó chđu hođc cđm thđy thiđu không khí . Cđn đđa bnh nhân đđi cđp cđu.

### 2- Tim đđp rđn trong khi đang ngđi yên

Lý do: có thđ là do lên cđn đau tim (heart attack).

Nhđn xét: Đđnh trđng ngđc (palpitations) có thđ chđ là vì đđu tđ lo đđng, nhng cũng có thđ là đđu hiđu cđa cđn đau tim hay chng lođn nhđp tim (arrhythmia) Nên liên đđc vđi bác sĩ ngay.

### 3- Choáng váng chóng mđt khi ra khđi giđng

## 24 triệu chứng bệnh không nên coi thường.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

Lý do: có thể là do huyết áp thấp.

Nhận xét: Chóng mặt vào buổi sáng đầu tiên là "huyết áp thấp đứng thẳng" (orthostatic hypotension) gây ra bởi 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 chóng mặt tư thế lành tính (benign positional vertigo) gây ra bởi sự xáo trộn của các phần cân bằng của tai trong. Nên đi gặp bác sĩ để chẩn đoán.

### 4- Nước tiểu r

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. hoc tiểu đường

Nhận xét: đi gặp bác sĩ để chẩn đoán

### 5- Đau nhức búa b

Lý do: có thể là do xuất huyết não

Nhận xét: Trong phần lớn trường hợp đó là triệu chứng của chứng nhức nửa đầu (migraine) chứ không phải đau giun đầu và ngứa ngáy là hết. Chứng mất vài trường hợp hiếm xảy ra là chứng nhức đầu có thể là đau nửa đầu có khi u hay xuất huyết trong não. Cần đặc biệt chú ý là khi bị đau nửa đầu bên đầu mất cách đột ngột và kéo dài mà đi kèm theo buồn nôn, ói mửa, và chóng mặt. Trong trường hợp sau này phải đi bệnh viện gặp.

### 6- Mất bình thường

## 24 triệu chứng bệnh không nên coi thường.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

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

Nhận xét: Dây thần kinh mắt có thể bị nhiễm khuẩn hay bị đứt gãy. Nếu chưa s&#228;m thì không hỏi gì cho mắt vì vậy cần đi bác sĩ khám chuyên.

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

Lý do: có thể do tai giữa bị nhiễm khuẩn

Nhận xét: Bệnh có thể trở thành nghiêm trọng hơn vì vậy cần đi bác sĩ khám thì nếu chưa đau không dứt và/hoặc có bị thêm chóng mặt lơ đãng, nhức đầu, ói m&#228;a, song thị, n&#228;a ng&#228; n&#228;a th&#228;c, c&#228; c&#228;ng đ&#228;, s&#228;ng &#228; sau tai, s&#228;t nhi&#228;u và li&#228;t m&#228;t.

## 8- T&#228;nhiên giảm sút ký

Lý do: có thể là do ung thư.

Nhận xét: Nếu ăn uống vẫn bình thường nhưng cũ mà đột nhiên bị sút cân thì có thể là bị bệnh ác tính. Mắt 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- Đ&#228;t nhiên đau háng

Lý do: có thể là do tinh hoàn bị xoắn

## 24 triệu u chẹn ng bẹn nh không nên coi thẹn ng.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

Nhẹn xét: Đây là mẹn t khuyẹn t tẹn bẹn m sinh khá thông thẹn ng. ẹn ng dẹn tinh trùng bẹn xoẹn làm máu không chẹn y tẹn i tinh hoàn. Cẹn n đau cũng giẹn ng nhẹn bẹn đá vào háng. Đôi khi ngoài cẹn n đau còn thẹn y bẹn sẹn ng nẹn a. Trong vòng 4 hay 6 tiẹn ng thì còn cẹn u đẹn c, chẹn trẹn tẹn 12 đẹn n 24 tiẹn ng thì coi nhẹn phẹn i cẹn t bẹn. Mẹn t nguyên nhân khác có thẹn là nhiẹn m khuẹn n mào tinh hoàn (epididymis) tẹn c là bẹn phẹn n trẹn tinh trùng. Trong trẹn ẹn ng hẹn p này có thẹn dùng trẹn sinh đẹn chẹn a trẹn.

## 10 - Đau nhói gan bàn chân

Lý do: có thẹn là do bẹn nh thẹn n kinh (neuropathy) .

Nhẹn xét: Đau nhói cẹn tái phát ẹn bẹn t cẹn chẹn nào trên cẹn thẹn có thẹn là do sẹn nén ép dây thẹn n kinh, tăng thông khí phẹn i (hyperventilation) hoẹn c bẹn nh thẹn n kinh. Liên lẹn c vẹn i bác sĩ càng sẹn m càng tẹn t

## 11- Vẹn t thâm tím mãi không tan Điẹn u gì xẹn y ra: bẹn nh tiẹn u đẹn ẹn ng.

Nhẹn xét: Vẹn t đẹn t hay thâm tím chẹn m lành có thẹn là dẹn u hiẹn u cẹn a bẹn nh tiẹn u đẹn ẹn ng (dẹn u hiẹn u khác gẹn m có da bẹn ngẹn a hoẹn c đau nhói bàn tay hay bàn chân). Nên tìm cách giẹn m cân (giẹn m 10 phẹn n trăm trẹn ng lẹn ẹn ng ẹn nh hẹn ẹn ng đáng kẹn lên mẹn c đẹn ẹn ng trong máu), tẹn p thẹn đẹn c và coi chẹn ng thói quen ăn uẹn ng.

## 12 - Rặng đau buẹn t khi ăn xôn-cô-la

Điẹn u gì sẹn xẹn y ra: viêm lẹn i.

Nhẹn xét: Mẹn t trong nhẹn ng dẹn u hiẹn u đẹn u tiên cẹn a sâu rặng là nhẹn y cẹn m vẹn i đẹn ngẹn t. Dẹn u hiẹn u đẹn u tiên khác là rặng mẹn t mẹn u và có mùi khi cà rặng. Kẹn thuẹn t laser có thẹn phát hiẹn n sẹn m các ẹn rặng sâu và tiêu điẹn t các vi khuẹn n trẹn c khi làm sâu rặng.

## 24 triệu u ch ng b nh không nên coi th ng.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

### 13 - Vòng eo r ng 42 inch

Đi u gì s x y ra: b t l c.

Nh n xét: Có th bây gi ch a có v n đ nh ng trong t ng lai b n có th b lo n năng c ng d ng (erectile dysfunction) . 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 l i, th t v a dây l 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 ph n cao h n 200. B t ê m t bên ng i và t m th i hai m t không nhìn th y gì là nh ng d u hi u đáng chú ý nh t. Đ t nhiên b t ê, nói liú l 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 o n k (transient ischemic attack- TIA). Đ t qu nh này th ng báo tr c m t đ t qu th t s n nên khi có triệu ch ng c a TIA thì ph i g p bác sĩ ngay.

### 15 - Có c m giác nh b ò 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 ã 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.

## 24 triệu u chng bnh không nên coi thường.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

### 16 - Đau lđng nhiđu

Lý do: có thể là do chđng phình mđch (aneurysm).

Nhđn xét: Đau cũng tđng tđnh vđa đđn dep xong tđ quđn áo bđ bđn. Thđnh đng chđđm nóng, nghđngđi, uđng thuđc giđm đau thông thđđng lđi không khđi. Nđu không phđi vì tđp thđ đđc thì đau lđng bđt chđt nhđ vđy có thể là đđu hiđu cđa chđng phình mđch. Chđng đau này chđ hđt khi đđng mđch chđ bđ bđ. Mđt nguyên nhân khác cđa chđng đau lđng này - kém phđn nguy hiđm hđn - là sđn thđn. Bác sĩ cho chđp CT scan đđ xác đđnh vđ trí và hình đđng cđa chđ mđch phình, sau đó cho uđng thuđc huyđt áp hay giđi phđu ghép nđi nhân tđo

### 17- Ngđi lâu trên ghđ không yên

Lý do : có thể do các cđ lđng bđ căng thđng.

Nhđn xét : Nđu cđ phđi thay đđi vđ thđngđi luôn tđc là có đđu hiđu các cđ lđng bđ căng thđng và đđu này có thể đđn đđn đau lđng đđđi. Cđn phđi lđa chđn ghđngđi cho thođi mái, sao cho đđu đđ vđ trí ngay đđi vđi cđt sđng đđ giđm tđi thiđu sđc căng thđng trên cđ, vai và lđng đđđi.

### 18 - Bđn mđi biđt thân phđ bđ cao huyđt áp

Đđu gì sđ xđy ra: bđn cũng sđ bđ cao huyđt áp luôn.

Nhđn xét: Vì bđnh cao huyđt áp vđa phđi không có đđu hiđu bên ngoài nên cđn phđi đo huyđp áp mđi năm mđt lđn, nhđt là nđu trong gia đđnh có tiđn sđ bđ cao huyđt áp. Nghiên cđu cho thđy là nhđng ngđđi bđ căng thđng tinh thđn vì cha mđ mđc bđnh cao huyđt áp cũng có nhiđu rđi ro bđ bđnh này luôn. Nđu sđ đo huyđt áp cao hđn 140/90, bđn nên tđp thđ đđc nhiđu hđn, tìm cách sđt cân, giđm sodium trong chđ đđ ăn uđng, ăn lođi cá tđt cho tim, uđng nhiđu vitamin C.

## 24 triệu u ch ng b nh không nên coi th ng.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

### 19 - Tay b run khi t p th d 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 thág thì c b p b run có th là vì m t m i. Vì v y khi m i t p tr 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 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 d c quá m nh, x ng không có c h i đ lành tr 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 d 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 b ng

## 24 triu chng bnh không nên coi thng.

T&#225;c Gi&#7843;: Tao Pham

Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 21:41

---

Lý do: Vì vùng giã xng sng và háng có ktt đy các b ph n nên đau có th là triu chng ho c cã viêm ru t thã, viêm ty tng ho c cã túi mtt b sng. Cã ba trng hãp đũu có cùng mtt nguyên nhân : vì mtt lý do nào đó các b ph n này đã b nhi m khu n nguy hi đ n tính mng.

Nh n xét : Nũu đũ b ph n nói trên b v ra thì bnh nhân có th b chtt, vì v y c n đũ bnh vi n c p th i.

## 23- Cng chân b đau và sng to

Lý do: có th là do chng huytt kh i tnh mch sâu (deep vein thrombosis –DVT).

Nh n xét: Ch c n ng i mtt ch li n chng 6 ti ng hay h n là máu s t cng chân d i t o thành c c đng máu (g i là chng huytt kh i tnh mach sâu). C c đng máu đũ l n s làm ngh t tnh mch b p chân gây đau và sng. Xoa cng chân là đũu đũu tiên b n s làm nh ng cũng là đũu t h i nh t vì c c đng máu l n có th ch y ng c lên ph i, đũu n y gây nguy hi m đũn tính mng cã b n. Mu n ch p hình tia X đũ đũnh bnh DVT bác sĩ ph i chích chtt mũu vào tnh mach. Bác sĩ s cho thu c làm tan c c đng máu ho c đũt cái l c vào tnh mch đũ ch n c c đng máu không cho ch y lên ph i.

## 24 - Tiu ti n b đau

Lý do: có th là do ung th bàng quang (bng đái).

Nh n xét: Rũn tiũu là c mtt c c hình và n c tiũu l i có màu r s t. Đau và máu trong n c tiũu là hai triũu chng cã ung th bàng quang. Hút thu c là yũu t r i ro b bnh l n nh t. Nũu khám phá s m bnh có 90 ph n trăm triũn v ng đũ c chã kh i. Nhi m khu n bàng quang cũng có cùng các triũu chng nh trên