

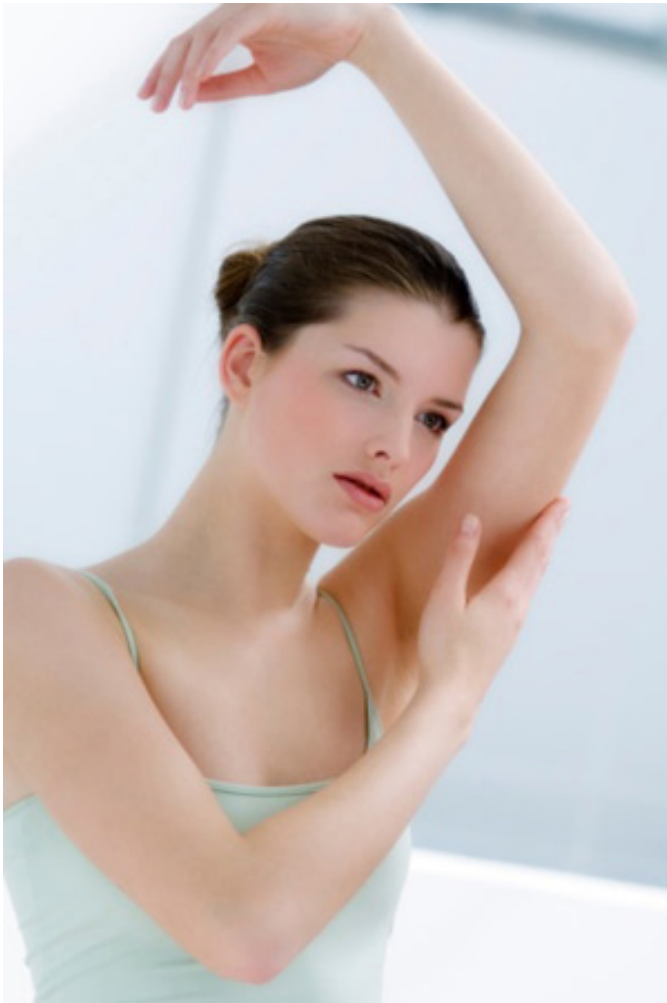
## Các kiểu mất nước và sức khỏe

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s&#223; t&#223;m  
Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 17:39

---

Có khoảng 3 triệu n&#223; m&#223; h&#223;i n&#223; m&#223; kh&#223;p trên m&#223;t da, t&#223;p trung nhi&#223;u nh&#223;t là ở vùng trán, lòng bàn tay, bàn chân và quanh b&#223;ng, l&#223;ng.

M&#223; h&#223;i g&#223;m 98-99% n&#223; c, còn lại là các ch&#223;t v&#223;c và h&#223;u c&#223; ở d&#223;ng hòa tan.



Ra m&#223; h&#223;i là m&#223;t cách ch&#223;ng nóng r&#223;t hi&#223;u qu&#223;. Trong môi tr&#223;ng khô ráo ở nhi&#223;t độ khoảng 29°C, ng&#223;i ta b&#223;t đầu m&#223; h&#223;i. Ng&#223;i lao động nặng nh&#223;c trong môi tr&#223;ng nóng bức có thể tiết ra m&#223;i gi&#223; đến 2 lít m&#223; h&#223;i, khi n&#223; qu&#223;n áo ướt đầm đ&#223; nh&#223;t m&#223;.

## Các kiểu mất ngủ và sức khỏe

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo số 10  
Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 17:39

---

Mất ngủ liên quan chặt chẽ đến sinh lý và bệnh lý của cơ thể, có tác động đi xuống như thần kinh và thể chất, bài tiết mồ hôi da khi vì khuôn. Theo đông y, đây là mất ngủ “tâm dịch” có quan hệ “đông ngũ, đở u” với máu.

Qua các kiểu mất ngủ, ta có thể đoán bệnh để điều trị sớm:

**Không có mất ngủ (vô hãn):** Đây là do các tuyến mất ngủ ít hoặc không hoạt động. Chứng vô hãn có thể là hậu quả của bệnh vảy cá, xơ cứng bì, hoặc do dùng thuốc (như các thuốc ngăn chặn thần kinh giao cảm).

**Mất ngủ trầm:** Là mất ngủ ra lúc ta ngủ say, khi tỉnh dậy có cảm giác mất ngủ không ra nữa. Đông y cho rằng nguyên nhân này là do âm hư, thể trạng yếu trong bệnh lao hạch (vết triu chứng mất ngủ, ho, ăn kém, đau ngực, kinh nguyệt không đều, sốt về chiều, da xanh, thiếu máu). Để cải thiện cần tránh khuôn lao khi khuôn cho thần kinh giao cảm bệnh nặng phải quá mức, gây mất ngủ trầm.

Ngoài ra, nguyên nhân này còn xuất hiện trong những bệnh nhân sau khi mổ, phẫu thuật sau khi phá thai (do mất máu), cơ thể suy và công năng thần kinh thể vật chất thể bị rối loạn. Tuy nhiên, đây là các nguyên nhân sinh lý bình thường.

**Tức giận mất ngủ:** Việc thể trạng xuyên ra mất ngủ (đặc biệt là sau khi vận động) thể trạng là do mất ngủ, mất ngủ, sốt, đông y cho là khí huyết gây nên. Người đang trong giai đoạn phục hồi sức khỏe sau khi bệnh nặng, thể chất suy nhược cũng thể trạng tức giận mất ngủ trong trạng thái yên tĩnh.

**Mất ngủ ra nhiều:** Đây có thể là dấu hiệu của các chứng bệnh sau: Chứng năng tuyến giáp: Tim đập mạnh, ăn nhiều, hàng tuần, đau đầu gối, mất ngủ, liệt ruột; sốt: sốt cấp tính, sốt rét, sốt cao hôn mê...; hậu quả huyết: chóng mặt, suy nhược, đói khát; bệnh thể trạng hàn: sốt rét, chán ăn, bệnh chứng, lách to, mạch chậm, phát ban; do tác động của thuốc: sau khi uống mất ngủ thuốc, bệnh nhân bệnh ra mất ngủ. Sau khi tiếp xúc hoặc uống mất ngủ chất để nhàn nhàn u cơ, chày, thể chất, cơ thể cũng có thể ra nhiều mất ngủ do trúng độc; công năng thể vật chất hoàn chỉnh: thể trạng yếu thể trạng liệt ruột.

## Các kiểu u m hôi và s c kh e

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s t m  
Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 17:39

---

**Toát m hôi (đ i hãn):** Là hi n t ng m hôi vĩa ra nh t m. Đ i hãn có th th y vào mùa hè, do n i nhi t quá th nh ho c do u ng quá li u lo i thu c ra m hôi. Nh ng tr ng h p này c n đ c b sung n c và mu i khoáng ngay đ tránh m t n c. N u b thoát m hôi n ng, m hôi vĩa ra không ng ng (tuy t hãn - m hôi ch t) b nh nhân c n đ c theo dõi ch t ch và đ a đ n b nh vi n.

**M hôi l nh:** Có th th y n nh ng b nh nhân tâm l c suy ki t c p tính, nh i máu c tim, ng t x u. Khi ra m hôi l nh, ng i b nh th ng có m ch nh y u, s c m t tr ng b ch. N u lúc này th n kinh căng th ng ho c b kích thích thì chân tay s l nh toát.



**M hôi trán:** N u không kèm theo tri u ch ng gì thì đây là hi n t ng bình th ng; m hôi trán vĩa ra không ng ng n ng i b nh n ng: B nh đang ti n tri n x u đi, ph i c nh giác; m t bên trán đ t nhiên ra m hôi: th ng do x v a đ ng m ch, ho c khoang l ng ng c b phù (do u) kích thích th n kinh giao c m.

**M hôi ng c:** Là m hôi ra i hai bên vú, còn i các b ph n khác thì ít ho c không có. Đó là do b nh nhân lo nghĩ, kinh hĩ, khi n tim, lá lách b nh h ng quá m c, tim không làm ch đ c huy t, t. M hôi ng c cũng có th th y n nh ng ng i ch c năng tim, ph i khác th ng.

**M hôi tay:** Th ng do t v h nhi t, th ch t hao t n ho c do quá căng th ng.

## Các kiểu u mồi hôi và sắc khế

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s&#223; t&#223;m  
Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 17:39

---

**Mồ hôi ra l&#223;ch:** Là hi&#223;n t&#223;ng mồ hôi ra n&#223;a thân bên trái ho&#223;c phải, trên ho&#223;c d&#223;i. Theo đ&#223;ng y đ&#223; là do khí huyết h&#223; l&#223;ch, kinh l&#223;c b&#223; t&#223;c tr&#223; ho&#223;c th&#223;p đ&#223;m gây nên. Hi&#223;n t&#223;ng này là đ&#223;u hi&#223;u báo tr&#223;c c&#223;a trứng phong.

**Mồ hôi vàng (hoàng h&#223;n):** Là mồ hôi ra có màu vàng, th&#223;ng g&#223;p khi mồ hôi ti&#223;t ra nhi&#223;u. C&#223; th&#223; b&#223;nh nhân l&#223;nh &#223;t nh&#223; t&#223;m do th&#223;p tà đ&#223; nh&#223;p vào bên trong ho&#223;c hàn th&#223;p tích &#223; m&#223;t ngoài c&#223; th&#223;. Mồ hôi vàng kèm theo mùi tanh th&#223;ng th&#223;y &#223; b&#223;nh nhân x&#223; gan.

**Mồ hôi hôi (xú h&#223;n):** Là mồ hôi có mùi gi&#223;ng nh&#223; c&#223;a đ&#223;ng v&#223;t, màu tr&#223;ng nh&#223; s&#223;a, h&#223;i dính, th&#223;ng ra &#223; đ&#223;i, nách, d&#223;i b&#223;u vú. Mồ hôi có mùi khai, trên da có ch&#223;t k&#223;t dính là tri&#223;u ch&#223;ng c&#223;a nhi&#223;m đ&#223;c urca. Tr&#223;ng h&#223;p mùi khó ch&#223;u xu&#223;t hi&#223;n khi mồ hôi ra quá nhi&#223;u và khó bay h&#223;i.



**Mồ hôi th&#223;m:** Mồ hôi có mùi th&#223;m th&#223;ng th&#223;y &#223; ng&#223;i b&#223; ti&#223;u đ&#223;ng khi có nhi&#223;m đ&#223;c acetone.

## M&#223;t s&#223; b&#223;nh v&#223; da do thi&#223;u ch&#223;t

Cũng nh&#223; các b&#223; ph&#223;n khác, da ti&#223;p nh&#223;n các ch&#223;t dinh d&#223;ng t&#223; máu. Da s&#223; phát tri&#223;n lành

m&#223;nh n&#223;u c&#223; m&#223;t ch&#223; đ&#223; dinh d&#223;ng đ&#223;y đ&#223;, ng&#223;c l&#223;i, thi&#223;u ch&#223;t dinh d&#223;ng s&#223; đ&#223;n đ&#223;n m&#223;t s&#223; b&#223;nh v&#223; da.

### Thi&#223;u ch&#223;t đ&#223;m

Do đ&#223;m là thành ph&#223;n chính c&#223;a các t&#223; bào cũng nh&#223; các c&#223;u trúc khác c&#223;a c&#223; th&#223;, nên s&#223; thi&#223;u ch&#223;t đ&#223;m s&#223; đ&#223;n t&#223;i tình tr&#223;ng suy dinh d&#223;ng nói chung. Còn n&#223;u thi&#223;u tr&#223;m tr&#223;ng s&#223; đ&#223; m&#223;c b&#223;nh Kwashiorkor (th&#223; phù và c&#223; r&#223;i lo&#223;n s&#223;c t&#223; da).

B&#223;nh Kwashiorkor th&#223;ng x&#223;y ra &#223; tr&#223; em đ&#223;i 4 tu&#223;i t&#223;i m&#223;t s&#223; các b&#223; l&#223;c &#223; châu Phi. B&#223;nh phát tri&#223;n khi đ&#223;a tr&#223; th&#223;i bú s&#223;a m&#223; và đ&#223;c cho ăn u&#223;ng theo ch&#223; đ&#223; c&#223;a ng&#223;i l&#223;n không đ&#223;y đ&#223; ch&#223;t dinh d&#223;ng. Ch&#223; đ&#223; này c&#223; nh&#223;ng ch&#223;t mà tr&#223; em không th&#223; h&#223;p th&#223; hay tiêu hóa đ&#223;c, nên đ&#223;n t&#223;i c&#223; th&#223; b&#223; thi&#223;u ch&#223;t đ&#223;m.

Tri&#223;u ch&#223;ng b&#223;nh th&#223;ng là phù n&#223;, ăn không ngon, tiêu ch&#223;y, m&#223;t c&#223;m xúc, đ&#223;a tr&#223; không tăng tr&#223;ng đ&#223;c. Đ&#223;c bi&#223;t da c&#223;a chúng c&#223; thay đ&#223;i màu, da r&#223;t khô, bi&#223;u bì tr&#223;c v&#223;y m&#223;ng v&#223;i nhi&#223;u v&#223;t nh&#223;n. Tóc r&#223;t th&#223;a, m&#223;t màu s&#223;c. Tuy nhiên, n&#223;u đ&#223;c ăn u&#223;ng đ&#223;y đ&#223; ch&#223;t và đ&#223;ng cách thì b&#223;nh s&#223; gi&#223;m r&#223;t nhanh.

### Thi&#223;u ch&#223;t béo

Ph&#223;n l&#223;n c&#223; th&#223; m&#223;i ng&#223;i không thi&#223;u ch&#223;t béo. Tuy nhiên, cũng c&#223; m&#223;t s&#223; tr&#223;ng h&#223;p b&#223; thi&#223;u do ăn u&#223;ng theo ch&#223; đ&#223; c&#223; r&#223;t ít ch&#223;t béo, ho&#223;c &#223; ng&#223;i ph&#223;i nuôi d&#223;ng qua truy&#223;n m&#223;ch máu lâu ngày thì s&#223; thi&#223;u m&#223;t s&#223; acid béo c&#223;n thi&#223;t, ch&#223;ng h&#223;n nh&#223; acid linoleic. N&#223;u thi&#223;u ch&#223;t béo thì da s&#223; b&#223; khô và l&#223;p bi&#223;u bì s&#223; tr&#223;c ra nh&#223;ng v&#223;y m&#223;ng nh&#223;.

### Thi&#223;u n&#223;c

Da ch&#223;a kho&#223;ng 70% l&#223;ng n&#223;c trong c&#223; th&#223;, do đ&#223; n&#223;c đ&#223;ng vai trò r&#223;t quan tr&#223;ng đ&#223; làn da luôn m&#223;m m&#223;i. N&#223;c giúp lo&#223;i b&#223; b&#223;t ch&#223;t đ&#223;c sinh ra b&#223;i các ph&#223;n &#223;ng sinh hóa trong c&#223; th&#223;, giúp máu l&#223;u thông đ&#223; nuôi d&#223;ng da. Khi thi&#223;u n&#223;c, c&#223; th&#223; s&#223; bu&#223;c ph&#223;i s&#223; đ&#223;ng ch&#223;t l&#223;ng đ&#223; tr&#223; c&#223;a c&#223; th&#223; nên da s&#223; b&#223; khô. M&#223;i ngày c&#223; th&#223; c&#223;n đ&#223;c b&#223; sung t&#223; 6 - 8 ly n&#223;c.

### Thi&#223;u vitamin A

Vitamin A c&#223;n thi&#223;t đ&#223; gi&#223; cho tóc, m&#223;t và da đ&#223;c kh&#223;e m&#223;nh. Vitamin A giúp phòng ng&#223;a và lo&#223;i b&#223; các nhi&#223;m trùng trên da, ch&#223;ng l&#223;i tình tr&#223;ng khô và tr&#223;c v&#223;y trên da, giúp máu l&#223;u thông t&#223;i m&#223;t da, khi&#223;n cho da đ&#223;c nuôi d&#223;ng đ&#223;y đ&#223; và c&#223; màu s&#223;c h&#223;ng hào, t&#223;i mát.

Thi u vitamin A s làm cho da b ng a, khô, tróc v y, xù xì nh n i gai c vì các tuy n nh n kém ho t đ ng.

Vitamin A có nhi u trong gan đ ng v t, lòng đ tr ng, cà chua, cà r t, rau có màu xanh th m, khoai lang, bí đ , đu đ . Nhu c u hàng ngày cho ng i l n là t 2.300 - 3.300 đ n v IU. Tuy nhiên, vi c tiêu th nhi u vitamin A quá l i đ n đ n m t kh u v , m t m , r ng tóc, da khô, tính tình nóng n y...

### Thi u vitamin B2

Vitamin B2 có tác đ ng tăng c ng s c kh e vì nó giúp các t bào s đ ng oxy. Nó còn giúp s n sinh năng l ng t các ch t dinh đ ng, là thành ph n ch t màu c a võng m c, giúp t o ta các hormone c a tuy n th ng th n.

Thi u vitamin B2 c th s m t m i, v t th ng lâu lành, mi ng l ; môi s ng đ và n t, da trên mũi n t, l i viêm s ng, đau và n t rãnh, m t đ vì m ch máu n i lên nhi u, m m t, thi u h ng c u.

Thi u vitamin B2 s gây r i lo n c các tuy n nh n trên da, làm cho da khô, tróc v y m ng, đ c bi t là nh ng ch da b g p n p. Các ch t nh n vón l i trên l chân lông, khi n da trông r t g gh và x u xí.

Vitamin B2 có nhi u trong gan, th n, tim đ ng v t; có v a ph i trong phomat, tr ng, th t n c, n m, s a, cá. Nhu c u m i ngày cho ng i tr ng thành là 1,3 - 1,5mg; tr em là 1,1mg.

### Thi u vitamin B3

Vitamin B3 là thành ph n c a hai lo i enzyme c n thi t cho s hô h p c a các t bào, giúp t bào phân h y ch t đ m, ch t béo, carbohydrates đ t o ra năng l ng, c n thi t cho s tăng tr ng c th , giúp gi m cholesterol trong máu, giúp gi m thi u nguy c nh i máu c tim.

Thi u vitamin B3 có th đ a t i ch ng viêm da. Da b s ng, tróc v y, nh t là ph n da ti p xúc v i ánh sáng m t tr i ho c ch n th ng; viêm mi ng và l i s ng đ .

B nh đ c ch a b ng các lo i thu c có ch a acid nicotinic ho c cho ng i b nh ăn th c ph m có nhi u th t đ ng v t. Niacin có nhi u trong th c ph m g c đ ng v t đ i đ ng nicotamide và th c v t đ i hình th c nicotinic acid. C th , vitamin B3 có nhi u trong gan, th n, th t bò, th t gà v t, th t l n, s a. Ngũ c c, c m g o, các lo i h t cũng có chút ít vitamin B3. Nhu c u hàng ngày cho ng i tr ng thành là t 15 - 17mg, tr em là 5mg.

Tuy nhiên, vi c tiêu th quá nhi u lo i vitamin này l i làm m ch máu ngo i vi giãn n , máu t i nhi u và da b nóng, ng a da, đ ng trong máu lên cao, suy tim.

### Thi u vitamin C

Vitamin C có vai trò quan tr ng đ ng ng a v t nhấ trên da. Cùng v i ch t đ m, vitamin này t o ra ch t collagen đ m cho da không b x và nhấ, tránh cho da kh i khô, tóc b t gãy giòn.

## Các khoáng chất và vitamin

Source: Saigon Echo  
Ba, 29 Tháng 6 Năm 2010 17:39

Vitamin C cũng có tác dụng điều hòa sự tiết cholesterol của tuyến nhờn trên da. Ngoài ra, khi thiếu vitamin bioflavonoid (vitamin P), vitamin C còn giúp ngăn chặn sự thoái hóa các tế bào mô trên da của người lớn tuổi. Vitamin C tăng cường sự bền chắc của vi huyết quản nên giúp tránh bị thâm tím da; tránh chảy máu chân răng.

Vitamin C có nhiều trong rau có màu, súp lơ, rau cải, cà chua, chanh, cam, dâu, khoai tây...

Da của người trung bình có diện tích khoảng 20m<sup>2</sup> và nặng khoảng gần 4kg, là phần lớn nhất bao bọc bên ngoài cơ thể. Lớp da ngoài cùng (biểu bì) gồm các tầng bào đã chết. Tầng đó là biểu bì nhẵn nhụi tầng kinh, mạch máu, tuyến mồ hôi. Biểu bì nằm trong cùng với nhiều tế bào mô. Da chứa khoảng 70% nước của cơ thể. Sự khô và mất sự bền vững của nó có thể dẫn đến các phản ứng ánh sáng trên da.

### Thiếu vitamin D

Vitamin D thúc đẩy sự phát triển cho sự tăng trưởng của xương răng, móng tay cũng như sự lành mạch của da và mắt. Vitamin D có nhiều trong sữa, gan bò, cá hồi, cá ngừ, bơ, margarine.

### Thiếu vitamin E

Vitamin E giúp tế bào tăng trưởng nhanh, giảm hiện tượng lão hóa, tăng cường tuần hoàn khi vận động trên da mau lành; giảm tình trạng da khô, rụng tóc và gàu.

Vitamin E có trong sữa, margarine, măng tây, súp lơ, bơ, lòng đỏ trứng gà, gan động vật, dầu olive, dầu nành, dầu thực vật, các loại hạt.

Tuy nhiên, nếu đang bị bệnh đái tháo đường, huyết áp cao, bệnh tuyến giáp thì nên hỏi ý kiến bác sĩ khi dùng bổ sung vitamin E.

### Thiếu khoáng chất

Mineral khoáng cũng có vai trò quan trọng đối với da. Các hợp chất, đồng, crom, photpho, selen, kẽm... cũng làm cho da bền chắc và mịn màng, khô nứt da khô nứt, tóc rụng, móng chân tay giòn dễ gãy.

### Nhìn da, biết bệnh

## Các kiểu u mồi hôi và sọc khốe

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s&# t&# m  
Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 17:39

---

Chố c hố n vì nguyên nhân khác thố ò ng mà làn da có số thay đố i vố màu số c cũng nhố xuố t hiố n các nố t mố n ngố a... Vố i nhố ng biố n đố i thố ò ng gố p đố i đây, có thố tham khố o đố số m phát hiố n bố nh khi thố y nhố ng đố u hiố u lố trên da.

### Da biố n số c

Tố nhiố n thố y da có màu vàng nghố , kố t hố p vố i mố n ngố a... rố t có thố bố bố nh vố gan nhố các loố i viêm gan, số i mố t, giun chui vào ò ng đố n mố t chính gây tố c mố t, làm tăng lố ò ng bilirubine ò máu do không đào thố i ra đố c.

Khi thố y da bố số m đen và xuố t hiố n nhố ng mố ng thâm trên mố t hay quố ng quanh mố t, rố t có thố là do rố i loố n nố i tiố t mà thố ò ng là thố ò ng thố n. Hiố n tố ò ng mố ng thâm này khác vố i các mố ng xuố t huyố t đố i da có thiố u vitamin C.

Mố i khi ra nố ng trên da thố ò ng thố y xuố t hiố n nhố ng nố t mố n đố , đố ò ng, có thố do đang uố ng thuố c trố đố ò ng, thuố c lố i tiố u, hố huyố t áp hay cá loố i thiazol, streptomycine, antihistamine... là nhố ng thố đố nhố y cố m vố i ánh nố ng mố t trố i.

**Da trố ng bố ch, rắng tê, môi, miố ng và niêm mố c cũng trố ng bố ch:** Thố ò ng là do thiố u máu.

### Thay đố i bố t thố ò ng

Khi thố y có nhiố u nố t phát ban, mố n ngố a, mố n nố c lúc ò n lúc hiố n, hố t lố i mố c trố e lố i trên khuố u tay, đố u gố i, mông, da đố u, mố c hoố c sau lố ng. Hiố n tố ò ng này có thố là do rố i loố n nố i tiố t.

Nố u khi xuố t hiố n nhố ng đố m màu đố tía trên da mà không phố i do ngoố i thố ò ng, nhố vố y có thố là mố c bố nh ngoài da gây tố c nghố n huyố t quố n mà sinh ra. Nố u đố ng vố y không số đố ng Aspirine, vitamin E hay các thuố c kháng viêm số gây bố nh nố ng thêm.

Khi da ngố a ran, tê tái, phát ban xuố t hiố n chố yố u ò ùi, gáy, mố t hoố c toàn thân. Rố t có thố là triố u chố ng đố n hình cố a virus gây bố nh thố y đố u.

### Nguy cố nghiêm trố ng

Xuố t hiố n mố ng số m ò cố hay vùng nách hắy nghố đố n bố nh đái tháo đố ò ng. Không loố i trố bố nh lành tính hoố c đố n giố n là bố béo phì, đây thố ò ng là mố t dầu hiố u cố a đái đố ò ng hoố c có khố i u ác tính. Ngoài ra, đố m số m màu ò chân, vùng bố màu đố , ò giố a có màu vàng, đố là đố u hiố u cố a bố nh tiố u đố ò ng bố i giai đố n này bố nh có thố đã gây tố n hố i đố n mố t và thố n.

Mố ng da số n lên màu, hố i đố và gây ngố a thố ò ng xuố t hiố n ò cố tay, mố t cá chân, vùng đố i thố t lố ng, cố , chân. Vì nguyên nhân không rõ nhố ng có thố kiố m tra chố c năng gan, đố c biố t là viêm gan C.



## Các kiểu u mồi hôi và sắc kh

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s m  
Th&#7913; Ba, 29 Th&#225;ng 6 N&#259;m 2010 17:39

---

Ni lên mi ng da nh t màu vùng ng đi kèm v i các m n đ trên c m và mũi hay các đ m màu tro d i da – đó chính là d u hi u c a m t b nh v gene hi m g p gây ra các u lành tính trong não và các c quan quan tr ng khác.

Da lòng bàn tay tr nên dày h n cùng v i các n p g p tím s m, đó là d u hi u c nh báo ung th . N u ch có trong lòng bàn tay, có th là ung th ph i. N u đi kèm cùng các v t s m vùng b n, nách... có th do ung th d dày.

Các n t ru i đ t nhiên to lên, ng a và s ng đ , đau, bên c nh có các n t ru i v tinh nh h n: Tín hi u c a b nh u ác tính.