

Những dấu hiệu của bệnh báo nên để ý để tránh tai họa về sức khỏe

Tác Giả: Saigonecho s&#u t&#m

Thứ Bảy, 09 Tháng 1 Năm 2010 05:57

Các vấn đề đau đầu hay bệnh tật thông thường rất có thể là chứng có gì quan trọng...những đôi khi lại cực kỳ nghiêm trọng.

Vì vậy chúng ta cần phải cẩn thận cân nhắc những gì phải làm mỗi khi sự việc xảy ra cho chúng ta

1- Khi không thấy tức thì

Lý do có thể là do nghẽn mạch phổi (pulmonary embolus)

Những xét nghiệm thực nghiệm khó khăn sau khi tiếp xúc đột ngột hay đang ngủ có thể là do vấn đề ngạt hay do sự tắc nghẽn. Những người đột nhiên bị khó thở có thể là do chứng nghẽn mạch phổi do cục máu đông làm nghẽn mạch máu trong phổi. Bệnh này có thể nguy hiểm tới tính mạng.

Một lý do khác là tim lên cơn đau hoặc ngừng tim.

Cả hai tình huống trên đều làm cho bệnh nhân thất gục hay khó chịu hoặc cảm thấy thiêu không khí. Cần đưa bệnh nhân đi cấp cứu

2- Tim đập rần rần trong khi đang ngủ yên

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

Những xét nghiệm : Đánh trống ngực (palpitations) có thể chỉ là vì sự 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- Chóng váng chóng mặt khi ra khỏi giường

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 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” (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- Nước tiểu 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 nhức búa búa

Lý do có thể là do xuất huyết não

Nhận xét Trong phần lớn trường hợp đó là triệu chứng của chứng nhức nhối (migraine)

Những dấu hiệu cảnh báo nên đi khám tránh tai nạn và sức khỏe

Tác Giả: Saigonecho s&u t&m
Thứ Bảy, 09 Tháng 1 Năm 2010 05:57

ch& c&n u&ng thu&c gi&m đau và ngh& ng&i là h&t. Những m&t vài tr&ng h&p hi&m x&y ra là ch&ng r&c đ&u có th& là đ&u hi&u có kh&i u hay xu&t huy&t trong não. Cần đ&c bi&t chú ý là khi b& đau nh&u n&a bên đ&u m&t cách đ&t ng&t và kéo dài mà l&i kèm theo bu&n nôn, ói m&a, và ch&y n&c m&t. Trong tr&ng h&p sau này ph&i đi b&nh vi&n g&p

6- M&t b& x&ng vù

Lý do: có th& là do viêm dây thần kinh m&t (optic neuritis)

Nh&n xét: Dây thần kinh m&t có th& b& nh&m khu&n hay b& đ&ng,

N&u ch&a s&m thì không h&i gì cho m&t vì v&y c&n đi bác s& kh&n c&p.

7- Tai đau và m&t nhìn th&y hai hình (song th&)

Lý do : có th& do tai gi&a b& nh&m khu&n

Nh&n xét. B&nh có th& tr& thành nghiêm tr&ng b&t ng& vì v&y c&n đi bác sĩ c&p th&i n&u ch&ng đau không đ&t và/ho&c có b& thêm chóng m&t l&o đ&o, r&c đ&u, ói m&a, song th&, n&a ng& n&a th&c, c& c&ng đ&, s&ng & sau tai, s&t nh&u và li&t m&t.

8- T&nh nhiên gi&m sút ký

Lý do: có th& là do ung th&

Nh&n xét: N&u ăn u&ng v&n bình th&ng nh& cũ mà đ&t nhiên b& sút cân thì có th& là b&

bệnh ác tính.

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

9- Đau tự nhiên đau háng

Lý do: có thể là do tinh hoàn bị xoắn

Nhận xét: Đây là một tình trạng khẩn cấp sinh lý khá thông thường. Tình trạng xoắn làm máu không chảy tới tinh hoàn. Cần đau cũng giống như bị đá vào háng. Đôi khi ngoài cơn đau còn thấy bị sưng nề. Trong vòng 4 hay 6 tiếng thì còn cứu được, chờ trễ từ 12 đến 24 tiếng thì coi như phải cắt bỏ. Một nguyên nhân khác có thể là viêm khu vực mào tinh hoàn (epididymis) tức là bị phồng rộp tinh trùng. Trong trường hợp này có thể dùng thuốc sinh

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- Vật thâm tím mãi không tan

Đi u gì xảy ra bệnh tiểu đường

Những dấu hiệu của bệnh báo nên để ý để tránh tai hại về sức khỏe

Tác Giả: Saigonecho s&#u t&#m
Thứ Bảy, 09 Tháng 1 Năm 2010 05:57

Nhận xét: Vết đỏ tấy hay thâm tím chàm lành có thể là dấu hiệu của bệnh tiểu đường (dấu hiệu khác gồm có da bọng nước hoặc đau nhói bàn tay hay bàn chân).

Nên tìm cách giảm cân (giảm 10 phần trăm trọng lượng nếu như hiện đang đáng kể lên mức đường trong máu), tập thể dục và coi chừng thói quen ăn uống

12- Răng đau buốt khi ăn xô cô la

Điều gì xảy ra: viêm lợi

Nhận xét: Mất trong những dấu hiệu đầu tiên của sâu răng là nhạy cảm với đồ ngọt. Dấu hiệu đầu tiên khác là răng mất màu và có mùi khi chà răng.

Kỹ thuật laser có thể phát hiện sớm các răng sâu và tiêu diệt các vi khuẩn trên bề mặt khi làm sâu răng

13- Vòng eo rộng 42 inch

Điều gì xảy ra : bệnh tiểu đường

Nhận xét: Có thể bây giờ chưa có vấn đề nhưng trong tương lai bạn có thể gặp lo ngại về chức năng cương cứng (erectile dysfunction). Nguyên do là vì khi đàn ông quá mập các đường mạch thần kinh hay bị nghẽn nên dòng máu không đủ làm cho cương cứng. Hãy tập thể dục đều đặn cho đến khi eo thon lại, thể tích vòng eo 34 inch

14- Mất thoáng không thấy gì --chỉ trong một giây

Lý do : có thể là do đột quỵ (stroke)

Nhận xét: Các yếu tố rủi ro chính của đột quỵ là cao huyết áp (trên 140/90) và cholesterol toàn phần cao hơn 200. Bệnh tiểu đường và tăng mỡ máu cũng là những dấu hiệu đáng chú ý khác.

Đột nhiên bất tỉnh, nói líu lo, hay mất thăng bằng có thể là những chứng hiệu của một cơn đột quỵ nhỏ gọi là đột quỵ thiếu máu cục bộ thoáng qua (transient ischemic attack- TIA). Đột quỵ nhỏ này thường báo trước cơn đột quỵ thật sự nên khi có triệu chứng của TIA thì phải gặp bác sĩ ngay

15- Có cảm giác như bị nóng (heartburn)

Lý do: có thể là do chứng đau thắt ngực (angina)

Nhận xét: Đau ngực có hoặc không, lúc có lúc không, được bác sĩ gọi là “hội chứng mạch vành không ổn định” (unstable coronary syndrome). Nguyên nhân là vì các cục đông máu được tạo thành bên trong thành động mạch vành ngay tại chỗ mảng bám (plaque) bám vào. Khoảng 50 phần trăm những người có hội chứng trên đây sẽ bị lên cơn đau tim trong vòng 6 tháng sau. Mọi khi thấy đau thắt ngực, cần phải đi bệnh viện

16- Đau lưng nhừu

Lý do: có thể là do chứng phình mạch (aneurysm)

Nhận xét: Đau cũng từng lúc nhừu và dần dần nặng hơn. Thường những chứng nóng, ngứa, uể ng thuở giờ đau thông thường là không khi. Nếu không phải vì tập thể dục thì đau lưng bắt đầu nhừu và có thể là dấu hiệu của chứng phình mạch. Chứng đau này chỉ hết khi động mạch chữa bệnh. Một nguyên nhân khác của chứng đau lưng này --kém phần nguy hiểm hơn-- là sỏi thận. Bác sĩ cho chụp CT scan để xác định vị trí và hình

Những dấu hiệu cảnh báo nên để ý để tránh tai nạn và sức khỏe

Tác Giả: Saigonecho s&u t&m
Thứ Bảy, 09 Tháng 1 Năm 2010 05:57

đang có các triệu chứng, sau đó cho uống thuốc huyết áp hay giảm liều ghép nối nhân tạo

17- Ngồi lâu trên ghế không yên

Lý do: có thể do các cơ lưng bị căng thẳng

Nhận xét: Nếu uống phải thay đổi vị trí ngồi luôn tức là có dấu hiệu các cơ lưng bị căng thẳng và điều này có thể dẫn đến đau lưng dữ dội. Cần phải nghỉ ngơi cho thoải mái, sao cho được nghỉ ngơi ngay đổi vị trí ngồi để giảm thiểu sự căng thẳng trên cơ thể, vai và lưng dữ dội

18- Bị nấc và biếng ăn do bệnh cao huyết áp

Điều gì sẽ xảy ra: bệnh cũng sẽ bệnh cao huyết áp luôn

Nhận xét: Vì bệnh cao huyết áp vừa phải không có dấu hiệu bên ngoài nên cần phải đo huyết áp mỗi năm một lần, nhất là nếu trong gia đình có tiền sử bệnh cao huyết áp. Nghiên cứu cho thấy là những người bị căng thẳng tinh thần vì cha mẹ mắc bệnh cao huyết áp cũng có nhiều rủi ro bệnh này luôn. Nếu sử dụng thuốc áp cao hơn 140/90, bệnh nên tiếp tục điều trị nhiều hơn, tìm cách sút cân, giảm sodium trong chế độ ăn uống, ăn loại cá tốt cho tim, uống nhiều vitamin C.

19- Tay bắt run khi tiếp xúc

Lý do: có thể là do các bệnh bệnh miễn dịch

Nhận xét: Nếu bệnh đã bắt tiếp xúc nhiều tháng thì các bệnh bắt run có thể là vì miễn dịch. Vì vậy khi mắc tiếp xúc với bệnh nên tiếp xúc vừa phải, đừng tiếp xúc quá mức. Bệnh hãy ngừng tiếp xúc khi cảm thấy các bệnh bắt đầu bắt đầu run

20- Trong bàn tay của bệnh nhân thấy máu quay cuồng

Lý do: do bệnh đã quá chén

Nhận xét: Rối loạn làm suy yếu hệ thống kinh trung ương. Vì vậy nếu bệnh nhân uống quá nhiều, tất cả những gì trong cơ thể có liên quan tới hệ này sẽ đều bị suy yếu: trí phán đoán, khả năng phối hợp và quân bình, sự nhạy cảm với đau đớn, khả năng sinh dục... Bệnh nhân nên tránh dùng rượu nhiều. Bệnh nhân nên nhớ là nồng độ đường trong máu hơn 0.06 phần trăm là trên pháp lý bệnh đã bị coi như là say rượu

21- Đau dai dẳng ở bàn chân và cẳng chân

Lý do: nhiều triệu chứng là do gãy xương vì sức nén (stress fracture)

Nhận xét: Cũng giống như các mô khác trong cơ thể, xương tái tạo. Những người bệnh tập thể dục quá mạnh, xương không có thời gian lành lại nên một vết gãy vì sức nén (stress fracture) sẽ có thể xuất hiện. Vì thế mu bàn chân và phía trước cẳng chân sẽ đau dai dẳng. Bệnh càng tập thể dục thì càng đau và ngay cả khi ngừng nghỉ cũng đau. Uống thuốc ibuprofen hay paracetamol không ăn thua gì.

Thuốc chụp phóng xạ cho thấy chỗ xương gãy qua hình chụp tia X, và bác sĩ sẽ bắt bệnh nhân nghỉ tập cho đến khi xương lành. Trường hợp nặng hơn xương nứt là bệnh phải bó bột vài tuần.

22- Đau nhức cột sống

Lý do: Vì vùng giữa xương sống và háng có kết dính các bộ phận nên đau có thể là triệu chứng hoặc của viêm ruột thừa, viêm tiểu phế quản hoặc của túi mật bị xẹp. Cả ba trường hợp đều có cùng một nguyên nhân: vì một lý do nào đó các bộ phận này đã bị nhiễm khuẩn nguy hiểm đến tính mạng. Nhận xét Nếu để bộ phận nói trên bị vỡ ra thì bệnh nhân có thể bị chết, vì vậy cần đi bệnh viện cấp cứu

23- Các triệu chứng chân đau và sưng to

Lý do: có thể là do chứng huyết khối tĩnh mạch sâu (deep vein thrombosis –DVT)

Nhận xét . Chứng sưng to và đau ở một chi liên quan chứng 6 triệu chứng hay hơn là máu s&# t&# chứng chân d&# i&# t&# thành cục đông máu (g&# i&# là chứng huyết khối tĩnh mạch sâu). Cục đông máu đôi khi làm ngh&# t&# tĩnh mạch bề mặt chân gây đau và sưng. Xoa chứng chân là đi&# u&# đi&# u&# tiên bề mặt s&# làm nhẹ chứng cũng là đi&# u&# h&# i&# nh&# t&# vì cục đông máu đôi khi có thể chuyển ngược lên phổi , đi&# u&# nay gây nguy hiểm đến tính mạng của bạn.

Mục nên chụp hình tia X để chẩn đoán DVT bác sĩ phải chích chất màu vào tĩnh mạch. Bác sĩ sẽ cho thuốc làm tan cục đông máu hoặc đặt cath&# vào tĩnh mạch để chứng cục đông máu không cho chuyển lên phổi

24- Triệu chứng đau

Lý do: có thể là do ung thư bàng quang (bệnh đái)

Nhận xét R&#n triệu chứng là cảm giác hình và nước tiểu đôi khi có màu đỏ s&# t&#. Đau và máu trong nước tiểu là hai triệu chứng của ung thư bàng quang..

Hút thuốc là yếu tố rủi ro bề mặt liên quan. Nếu khám phá sớm bệnh có 90 phần trăm triệu chứng được chữa khỏi.

Nhiệm vụ của bàng quang cũng có cùng các triệu chứng như trên