

4 ĐIỀU CHIẾC MŨI TIẾT LỘ VỀ SỨC KHỎE CỦA BẠN

Mũi tiết lộ rất nhiều bí mật về phần chìm của tảng băng sức khỏe mà bạn thường chỉ thấy phần nổi. Hãy cảnh giác nếu có các dấu hiệu sau:

>>> Khả năng ngửi mùi kém có nguy cơ chết sớm

Ngửi mùi kém có thể là tín hiệu dễ chết sớm

Bạn cảm thấy khứu giác của mình giảm dần qua nhiều năm? Nếu cứ khó ngửi dần như vậy, đó có thể là dấu hiệu bạn đang trong tình trạng sức khỏe không tốt. Một nghiên cứu từ Trung tâm Y khoa Đại học Chicago tìm thấy việc không thể ngửi được một số mùi nào đó làm tăng nguy cơ bạn sẽ tử vong trong 5 năm sau đó. Tới 39% bệnh nhân cao tuổi không thể ngửi được những mùi như cam, hoa hồng, bạc hà đã qua đời trong khoảng thời gian 5 năm này, so với chỉ 19% ở nhóm những người ngửi tạm tạm, và 10% trong nhóm ngửi mùi tốt.

Ảnh: medicaldaily

Ngửi mùi kém có thể là dấu hiệu của bệnh Alzheimer

Không thể ngửi mùi tốt cũng có thể là tín hiệu bạn đang ở giai đoạn đầu của bệnh Alzheimer (mất trí nhớ) theo một nghiên cứu của Trường Y Harvard. Những người tham gia có tỷ lệ lớn mảng bám amyloid (một dạng protein tìm thấy trong não của bệnh nhân Alzheimer), thực hiện kém bài kiểm tra về mùi thì cũng có nhiều tế bào não chết hơn. Tại sao vậy? Đó là vì khi bệnh này bắt đầu hủy hoại tế bào não bộ, nó cũng hủy luôn các tế bào quan trọng chi phối khứu giác.

Ngửi thấy mùi không bình thường có thể dự báo một cơn đột quỵ

Một số người ngửi thấy nhiều mùi hơn những người khác, nhưng nếu ngửi thấy mùi hoàn toàn không có ở đó - chẳng hạn mùi cá tươi dù xung quanh không có cá tươi - có thể là một dấu hiệu cơn đột quỵ sắp xuất đến. Hiệp hội thần kinh học Mỹ cho biết hiện tượng ảo giác khứu giác này thường đi kèm những mùi không dễ chịu, khác nhau tùy người. Hãy đến bác sĩ kiểm tra ngay nếu có hiện tượng này xảy ra.

Hình dung ra mùi có thể báo trước cơn đau nửa đầu

Ít gặp hơn là hiện tượng ảo giác về mùi, là một phần của hiện tượng thoáng qua trước cơn đau nửa đầu, theo một nghiên cứu thực hiện bởi Trung tâm nghiên cứu đau đầu Montefiore. Những mùi này đa số đều không là dễ ngửi, phổ biến nhất là giống như có thứ gì đó đang cháy hoặc đang phân hủy.

Tham khảo: Health