

KHẢ NĂNG NGƯỜI MÙI KÉM CÓ NGUY CƠ CHẾT SỚM

Nếu bạn muốn biết mình sống thọ đến bao giờ, độ nhạy của mũi bạn có thể giúp tìm được câu trả lời, một nghiên cứu đúc kết.

Trong một nghiên cứu về người cao tuổi, các nhà khoa học đã tìm ra mối liên quan giữa mất khả năng xác định một mùi nhất định, chẳng hạn như mùi bạc hà, cá - và tăng nguy cơ tử vong trong vòng 5 năm tới. Được gọi là "rối loạn chức năng khứu giác", không người thấy mùi là một yếu tố dự báo thời điểm một người nào đó chết còn mạnh mẽ hơn cả các tình trạng như suy tim, ung thư hay bệnh phổi, theo các nhà nghiên cứu tại Đại học Chicago.

"Mất cảm giác về mùi là dấu hiệu cảnh báo sớm nguy hiểm. Nó không trực tiếp gây tử vong nhưng nó là một chỉ điểm - một cảnh báo sớm rằng có điều gì đó đang diễn biến xấu, đang bị phá hủy", trưởng nhóm nghiên cứu, tiến sĩ Jayant Pinto, chuyên gia phẫu thuật tại Đại học Chicago (Mỹ) cho biết trong báo cáo.

Trong nghiên cứu, các nhà khoa học đã thực hiện một kiểm tra mùi đơn giản với 3.005 người tham gia ở độ tuổi 57-85. Mỗi người được yêu cầu xác định 5 mùi hay gặp: bạc hà, cá, cam, hoa hồng và đồ da. Phần lớn trong số họ (gần 78%) có khả năng ngửi bình thường, nghĩa là có thể nhận diện đúng ít nhất 4 trong 5 mùi. Gần 20% nhận diện đúng 2 hoặc 3 mùi và số còn lại 3,5% thì chỉ xác định đúng một mùi hoặc không nhận ra được mùi nào trong 5 mùi.

Ảnh minh họa: Medicaldaily.com

5 năm sau thời điểm này, các nhà nghiên cứu ghi nhận lại những trường hợp còn sống. Họ thấy rằng 430 người tham gia nghiên cứu (12,5%) đã qua đời, 39% trong số này là những người đã thể hiện mất khả năng ngửi nhiều nhất 5 năm trước. 19% trong nhóm người thể hiện khả năng mất mùi vừa phải cũng nằm trong số đã tử vong. Tuy nhiên, chỉ 10% số người có khả năng ngửi mùi tốt đã chết.

"Rõ ràng, người ta không chết chỉ vì hệ thống khứu giác của họ bị phá hủy. Tuy nhiên, sự giảm khả năng ngửi có thể là dấu hiệu suy giảm khả năng cơ thể hồi phục những thành phần quan trọng bị tàn tạ theo tuổi tác, dẫn đến tử vong do các nguyên nhân khác", tiến sĩ Martha McClintock, đồng tác giả nghiên cứu, một giáo sư về tâm lý tại Đại học Chicago, cho biết.

Rối loạn chức năng khứu giác, như McClintock nhấn mạnh, có thể là một dấu hiệu cho thấy sự tái tạo tế bào chậm lại, hay nó có thể là hệ quả sau nhiều năm tiếp xúc với môi trường độc hại.

Trong bài phác thảo nghiên cứu này, các tác giả đã khẳng định vai trò của khứu giác như một cơ chế do tổ tiên truyền lại - có liên quan tới nhiều quá trình sinh lý. Chẳng hạn, ngửi giúp con người duy trì chế độ dinh dưỡng thích hợp, kích thích thèm ăn và ưu tiên một số loại thực phẩm nhất định. Khả năng ngửi cũng liên quan tới việc phát hiện các mối nguy trong môi trường, tác nhân gây bệnh và thậm chí gắn liền với cảm xúc và trí nhớ.

Các nghiên cứu khác về cách thức dự báo nguy cơ tử vong tập trung nhiều hơn về các chỉ số thể chất, sức khỏe thường khó áp dụng. Một nghiên cứu năm 2011 do các nhà khoa học tại Đại học Pittsburgh thực hiện, cho thấy những người đi bộ một mét mỗi giây trở lên thường sống lâu hơn những người cùng tuổi và cùng giới tính mà đi chậm hơn.

Một nghiên cứu năm 2010 dựa trên đánh giá 28 nghiên cứu nhỏ hơn thì thấy những người có kết quả kém khi thực hiện các kiểm tra sức khỏe đơn giản, bao gồm liên quan đến khả năng cầm nắm, đi bộ, vươn người trên ghế và giữ thăng bằng trên một chân - tăng nguy cơ tử vong so với những ai thực hiện tốt các yêu cầu này.

Nhưng sử dụng mùi để dự đoán nguy cơ tử vong để thực hiện hơn các bài kiểm tra năng lực thể chất, tiến sĩ Pinto cho hay.

"Kết quả nghiên cứu của chúng tôi có thể cung cấp một thử nghiệm lâm sàng hữu ích - một cách nhanh chóng và không tốn kém, để xác định bệnh nhân có nguy cơ cao", Pinto nói.

Nghiên cứu này được đăng tải hôm 1/10 trên tạp chí PLOS ONE.

Tiêu đề đã được khoahoc.tv đặt lại.