

NHIỀU MỐI NGUY TỪ TRÒ CHƠI ĐỔ XÔ NƯỚC ĐÁ LÊN ĐẦU

Giới trẻ Việt đang hào hứng với trò "đổ xô nước đá lên đầu" xuất phát từ Mỹ. Bác sĩ cảnh báo trò này có thể gây co thắt mạch máu não khi thực hiện trong thời tiết nóng.

Giới trẻ Việt đang hào hứng với trò "đổ xô nước đá lên đầu" xuất phát từ Mỹ. Bác sĩ cảnh báo trò này có thể gây co thắt mạch máu não khi thực hiện trong thời tiết nóng.

Nhiều video "Thử thách xô nước đá" (Ice Bucket Challenge) được đăng tải trên các diễn đàn thế giới thu hút sự quan tâm của hàng triệu cư dân mạng. Admin của một diễn đàn công nghệ ở TP HCM là người tiên phong thực hiện ở Việt Nam. Anh đăng video quay cảnh mình đang hứng xô nước đá, đồng thời thách 4 người khác làm theo.

Chàng quản trị viên giải thích luật chơi: Đầu tiên, người thách sẽ đổ một xô nước đá lên người từ đầu xuống chân rồi quay phim lại và thách những người khác làm giống mình. Trong vòng 24 tiếng đồng hồ, nếu người bị thách không dám làm theo thì phải làm một việc gì đó có ý nghĩa, chẳng hạn như góp tiền cho một quỹ từ thiện.

Trò chơi thách thức đổ xô nước đá lên đầu thu hút hàng triệu người trên thế giới tham gia. (Ảnh: News)

Admin này cho biết, mục đích của trò chơi là kết nối bạn bè đồng thời kêu gọi cộng đồng ủng hộ cho quỹ từ thiện vì người nghèo. "Hai trong số 4 người mình thách đã thực hiện theo. Phong trào cũng được hưởng ứng bởi những người yêu công nghệ khác. Nhóm từ thiện sẽ dùng số tiền thu được để tổ chức các chương trình vui đêm trung thu cho trẻ em".

Theo luật chơi, những người được thách thức sẽ thực hiện đổ xô đá vào đầu và tiếp tục thách bạn khác. Cú thế trào lưu này ngày càng được nhân rộng. Trên trang cá nhân, nick name Hiếu Trung cũng thực hiện một clip tương tự khi tự dội một xô nước còn nguyên những viên nước đá lên đầu. Anh cho rằng điểm thú vị của trò chơi này là thử thách chịu đựng cảm giác lạnh cóng từ đầu đến chân, đó là một thách thức khó khăn không phải ai cũng làm được.

Trò "Ice Bucket Challenge" chỉ đơn giản là lời thách đố "Hãy dội xô nước đá lạnh lên đầu", được khởi xướng bởi Pete Frates, cựu đội trưởng đội bóng chày của ĐH Boston. Cầu thủ này bị chứng ALS, một căn bệnh gây thoái hóa các tế bào thần kinh não và tủy sống khiến cơ bắp teo lại, giảm chức năng vận động dẫn đến mất kiểm soát rồi tử vong. Căn bệnh này chưa có cách chữa trị. Để chiến thắng bản thân, Pete nghĩ ra trò dội xô nước đá lên đầu và dùng trò chơi này vào mục đích quyên góp từ thiện.

Nhờ Pete Frates, tổ chức ALS lan truyền trò "Ice Bucket Challenge" với mục đích tuyên truyền và vận động quyên góp cho việc nghiên cứu chữa bệnh ALS. Trò chơi đã lan truyền nhanh ở Mỹ. Nhiều người nổi tiếng như Justin Timberlake, Mark Zuckerberg (CEO Facebook), Satya Nadella (CEO Microsoft), Tim Cook (CEO Apple) cũng thực hiện và kêu gọi người khác cùng làm theo.

Du nhập vào Việt Nam và được hưởng ứng nồng nhiệt, song mục đích của trò chơi không còn như ban đầu là vận động quyên góp cho bệnh nhân ALS, mà hầu hết là một trò giải trí hoặc nhằm gây quỹ từ thiện vì trẻ em và người nghèo.

Dân công nghệ Việt Nam hào hứng hưởng ứng trò chơi thử thách này.

Theo thạc sĩ giáo dục Phạm Phúc Thịnh, trò chơi này trở nên thú vị bởi nó đòi hỏi ở người thực hiện dũng cảm đương đầu với cái lạnh đột ngột. Những nhân vật càng nổi tiếng thì lời thách thức của họ càng khiến người khác quan tâm và chấp nhận lời thách đấu.

Ông Thịnh cho rằng, xét về ý nghĩa, đây không phải trò tiêu khiển vô bổ mà là một phong trào quyên tiền từ thiện với mong muốn tạo ra sự quan tâm và chung tay của mọi người cùng chống lại

căn bệnh ALS. Tuy nhiên ông Thịnh lưu ý, khi tham gia bất kỳ trào lưu nào, giới trẻ cũng cần phải có sự suy xét cẩn thận, quan trọng nhất là hành động của mình đang vì mục tiêu gì. Đừng để bản thân bị lôi cuốn theo kiểu "thấy người ta ăn khoai cũng vác mai đi đào" bởi tâm lý đám đông, đôi khi sẽ phải nhận những hậu quả đáng tiếc như trường hợp một cô gái bị xô nước đá rơi trúng đầu khi chơi trò này.

"Nếu không cẩn thận, từ một trào lưu có ý nghĩa ban đầu sẽ vô tình biến thành một trào lưu vô nghĩa, chỉ mang tính tự sướng. Như thế sẽ chẳng có một tác dụng nào kiểu như trào lưu nude vì thiên nhiên, nude để bảo vệ động vật mà một số nhân vật trong showbiz từng làm thời gian qua", ông nói.

Mặt khác, người chơi cũng cần phải quan tâm đến yếu tố an toàn sức khỏe khi thực hiện trò chơi. Thạc sĩ bác sĩ Lê Thanh Phong, Trưởng Đơn vị Mạch máu, Bệnh Viện ĐH Y Dược TP HCM khuyến cáo, khi đổ xô nước đá lên đầu, nhiều bạn trẻ chỉ nhắm đến mục đích muốn chinh phục thử thách và giải trí mà không biết rằng hành vi này có nguy cơ làm giảm thân nhiệt đột ngột, gây co thắt mạch máu não, thậm chí ảnh hưởng đến tính mạng.

Theo y văn, thân nhiệt cơ thể được điều hòa bởi vùng dưới đồi trong não. Bình thường, hệ thần kinh sẽ "báo cáo" tới cơ quan này tình trạng nóng lạnh ở các vùng của cơ thể. Theo đó, các cơ quan sẽ kích thích phản ứng tăng hoặc giảm nhiệt độ phù hợp. Chẳng hạn khi nhiệt độ xuống thấp, máu bị ảnh hưởng và khi đi ngang qua vùng đồi thị sau não, các trung tâm giao cảm ở đó bị kích thích khiến mạch máu ngoại biên co lại, xảy ra phản ứng tạo nhiệt, làm tăng thân nhiệt. Ngược lại, khi nhiệt độ quá cao, máu sẽ nóng và các trung tâm giao cảm bị kích thích khiến mạch máu giãn nở, kích thích ra nhiều mồ hôi giúp hạ thân nhiệt.

Trung bình, nhiệt độ của cơ thể người ở mức 36-37 độ C. Thân nhiệt tăng là do ăn uống, vận động, thời tiết, phụ nữ đến kỳ kinh, mang thai... Ngược lại khi trời lạnh hoặc mặc quần áo ướt, bị sốc thì thân nhiệt hạ. Sự tăng giảm này chỉ tạm thời, ngắn hạn và không ảnh hưởng nhiều đến các cơ quan trong cơ thể.

Trong trường hợp nhiệt độ ngoài trời đang cao, nếu thực hiện trò chơi đổ một xô nước lên đầu với nhiệt độ quá thấp, sự chênh lệch nhiệt độ lớn sẽ làm thân nhiệt hạ đột ngột, mồ hôi không toát ra được, có thể gây tổn hại đến trung khu thần kinh gây biểu hiện mệt mỏi, đau đầu, chóng mặt, thậm chí khó thở, hôn mê. Bên cạnh đó, khi thân nhiệt cao, lỗ chân lông đang giãn nở mà chuyển sang lạnh ngay dễ dẫn đến sốc, nếu nhiệt độ xuống quá thấp, mạch máu bị co lại đột ngột dẫn đến thiếu máu não, gây đột quỵ.

Đôi với trẻ nhỏ, cơ thể dễ hấp thu nhiệt hơn người lớn. Chức năng điều tiết nhiệt độ chưa ổn định nên nếu thực hiện trò chơi này dễ khiến bé bị hạ thân nhiệt hạ đột ngột, dẫn đến đau đầu, chóng mặt hoặc choáng váng, tim đập nhanh, ngất xỉu. Nguy cơ này cũng xảy ra tương tự ở người già, gây yếu.

Do đó bác sĩ khuyến cáo trò chơi đổ xô nước lên đầu "chống chỉ định" với trẻ em, người già, người ốm yếu, những người có tiền sử bệnh tim mạch, bệnh lý mạch máu ngoại biên và các bất thường về mạch máu. Người khỏe mạnh không nên thực hiện khi nhiệt độ cao, nếu đang ở ngoài trời nên dừng lại vào nơi có mái che mát hơn vài phút mới thực hiện để tránh gây sốc nhiệt. Ngay cả người khỏe mạnh cũng không nên thực hiện trò chơi này trong thời gian dài hoặc lặp đi lặp lại nhiều lần.

