

# NHAI KẸO CAO SU CÓ THỂ GÂY ĐAU ĐẦU DÀI DẲNG

Suốt gần 2 năm, Chris Cullen thường xuyên bị đau đầu, chóng mặt và cảm thấy tắc nghẹt tai liên tục. Anh cũng bị kiệt sức và tâm trạng giảm sút.

Kể từ khi bắt đầu gặp phải các vấn đề trên vào tháng 2/2011, anh Chris, đến từ Fulham, Tây London, Anh đã thăm khám 15 bác sĩ chuyên khoa, kể cả bác sĩ tim mạch, chuyên gia thần kinh và bác sĩ chữa bệnh bằng phương pháp nắn khớp xương.

Mỗi bác sĩ đã đưa ra một chẩn đoán khác nhau, từ huyết áp thấp tới trực trặc về xương sống. Tuy nhiên, không ai trong số họ có thể giải thích được mọi triệu chứng của Chris. Đến khi gặp lại bác sĩ riêng vào tháng 3/2012, anh Chris đã rất tuyệt vọng. Vị bác sĩ này từng chẩn đoán Chris bị trầm cảm và kê cho dùng thuốc chống trầm cảm, nhưng Chris từ chối.

Chàng quản lý dự án 28 tuổi cho biết: "Từ sâu thẳm, tôi đã biết vấn đề của mình không phải là trầm cảm. Nhưng càng tiến hành nhiều cuộc kiểm tra và xét nghiệm, tôi càng cảm thấy lo lắng nhiều hơn và bắt đầu nghi ngờ bản thân ... Mỉa mai là, vào thời điểm đó, tôi có thể bị trầm cảm đôi chút".

Anh Chris rút cuộc đồng ý thử dùng thuốc trầm cảm. Dẫu vậy, sau vài tuần uống thuốc, Chris không thấy các triệu chứng được cải thiện. Tuyệt vọng, anh Chris đã lên mạng tìm kiếm thông tin. Tất cả các dữ liệu tìm kiếm đều dẫn tới chứng loạn năng khớp thái dương hàm (TMJD).

Nhai kẹo cao su nhiều vào buổi tối có thể dẫn tới chứng loạn năng khớp thái dương hàm (TMJD) Theo các tài liệu, khớp hàm đóng vai trò như một bản lề, có thể trượt về phía trước hoặc phía sau. Xương hàm được giữ cố định nhờ các cơ gắn với khớp ngay cạnh tai. Một đĩa sụn đóng vai trò như bộ phận giảm sốc giữa hàm và hộp sọ.

Chứng loạn năng hay rối loạn khớp thái dương hàm (TMJD) là một khái niệm rộng chỉ bất kỳ vấn đề nào đối với khớp, các cơ bao quanh nó hoặc đĩa sụn. Nó có thể gây đau hàm, khó mở miệng hoặc đôi khi tạo ra tiếng lách cách.

"Bản thân tiếng lách cách không phải là vấn đề. Nhưng nó có thể là dấu hiệu cho thấy, các bộ phận khác nhau trong hàm không hoạt động hòa hợp", giáo sư Andrew Eder, một chuyên gia nha khoa phục hồi giải thích.

Bộ Y tế của Anh thống kê rằng, chứng TMJD tấn công 1/5 số người trong chúng ta, vào thời điểm nào đó trong đời. Nguyên nhân phổ biến của chứng bệnh là do các cơ và dây chằng quanh hàm hoạt động quá mức, bị viêm tấy do nhai kẹo cao su hoặc nghiến răng thường xuyên vào ban đêm. Cụ thể là, theo giáo sư Eder, khi bạn siết chặt các răng như trong lúc nhai kẹo cao su hoặc nghiến răng, khớp hàm không thể trượt qua lại và điều này gây căng thẳng lên các cơ, răng và khớp.

Ngoài ra, khớp hàm có thể bị đẩy bật khỏi vị trí do một cú đánh mạnh vào đầu, bộ răng giả không được lắp đúng cách, việc điều trị nha khoa, cắn móng tay hay thậm chí ngáp hoặc há miệng quá rộng để ăn. Các chứng bệnh khác, chẳng hạn như chứng viêm khớp mãn tính, bệnh gout, cũng có thể gây cứng, sưng phồng và đau khớp. Rất hiếm gặp nhưng TMJD có thể bắt nguồn từ một khối u ở xương hàm.

Mặc dù trực trặc thường tự khỏi, nhưng trong các trường hợp nặng, đĩa sụn có thể bị trượt quá xa khỏi vị trí, khiến các xương cọ xát vào nhau, gây hao mòn và nứt vỡ. Các triệu chứng phổ biến của TMJD là đau đầu, đau lan tỏa tới cổ hoặc lưng, ù tai và chóng mặt. Dù TMJD không trực tiếp gây trầm cảm, nhưng nó có thể trở thành một triệu chứng của trầm cảm.

Các bệnh nhân bị TMJD mãn tính cần phải được điều trị chỉnh răng hoặc phẫu thuật. Trong

trường hợp của Chris, do bị nặng nên anh cần phải phẫu thuật để tái phục hồi vị trí của đĩa sụn.