

NGỦ NGÁY DỄ MẮC BỆNH TIM HƠN HÚT THUỐC

Những người ngủ ngáy có nguy cơ mắc bệnh tim mạch cao hơn những người béo phì hay hút thuốc lá.

>>> Nguy cơ chết người từ... ngủ ngáy

Các nhà khoa học thuộc bệnh viện Henry Ford ở Detroit (Mỹ) đã tiến hành thí nghiệm với 54 bệnh nhân từ 18 đến 50 tuổi. Nhóm nghiên cứu đánh giá mức độ ngáy khi ngủ của từng bệnh nhân và sử dụng một thiết bị siêu âm để đo độ dày thành động mạch cảnh của họ.

Người ngủ ngáy có nguy cơ mắc bệnh tim mạch cao hơn hẳn người hút thuốc hay bị huyết áp cao.

Động mạch cảnh có chức năng cung cấp máu lên não. Khi thành động mạch cảnh dày lên sẽ dễ dẫn tới chứng xơ cứng động mạch. Đây là một trong những nguyên nhân đầu gây ra bệnh đau tim và xuất huyết não.

Sau khi so sánh kết quả giữa những bệnh nhân mắc chứng ngủ ngáy và không mắc chứng này, các nhà khoa học phát hiện thấy rằng thành động mạch cảnh của những người ngủ ngáy dày hơn đáng kể những người không ngủ ngáy.

Nghiên cứu cũng cho thấy không có sự khác biệt đáng kể nào về độ dày của thành động mạch cảnh giữa bệnh nhân mắc và không mắc những chứng bệnh có thể dẫn tới bệnh tim mạch như, hút thuốc, đái tháo đường, huyết áp cao và nồng độ cholesterol cao.

"Ngủ ngáy không chỉ làm ảnh hưởng tới chất lượng giấc ngủ mà còn tăng nguy cơ mắc bệnh tim mạch. Vì thế, bệnh nhân cần điều trị sớm chứng ngủ ngáy tương tự như chứng ngưng thở khi ngủ, huyết áp cao, hút thuốc,..." tiến sĩ Robert Deeb, người đứng đầu nghiên cứu nói.

Các nhà khoa học dự định sẽ tiến hành một nghiên cứu sâu hơn để xác định liệu số lượng ca mắc bệnh đau tim và đột quỵ trong nhóm bệnh nhân ngủ ngáy có cao hơn nhóm bệnh nhân không bị ngủ ngáy hay không.