

## QUÁ ĐAU BUỒN CÓ THỂ GÂY TỬ VONG

Các nhà nghiên cứu Mỹ cho biết, sự đau buồn và mất mát người thân có thể làm tăng nguy cơ bị các cơn đau tim tấn công.

Một nghiên cứu cho thấy nguy cơ đau tim tăng 6 lần trong một tuần sau buổi tang lễ. Trong đó, ngày đầu tiên nguy cơ đau tim tăng cao nhất - 21 lần. Quá đau buồn làm thay đổi nhịp tim dẫn đến các triệu chứng đau ngực và khó thở.

Các chuyên gia cho rằng tang quyến cần nhận thức được sự đau khổ và mất mát có thể làm tim đập nhanh, huyết áp tăng và đông máu - khiến các cơn đau tim xuất hiện, để tránh gặp phải rủi ro này.

Tiến sĩ Murray, trưởng nhóm điều tra tại trường Y Harvard cho biết: "Trong tâm trạng đau khổ tột cùng, bạn vẫn phải tự chăm sóc bản thân và chuẩn bị thuốc cần thiết để ngăn ngừa các cơn đau tim tấn công".

Các nhà nghiên cứu đã theo dõi 1.985 người sống sót sau các cơn đau tim và xem bao nhiêu người trong số họ có tang lễ ngay trước đó.

Kết quả cho thấy, 270 (13,6%) người đã trải qua tâm trạng đau buồn và mất mát người thân khoảng 6 tháng trước đó. Họ thường mất ngủ và không muốn ăn trong tình trạng này.

Nguy mắc bệnh cao nhất trong 7 ngày đầu tiên sau cái chết của người thân và giảm dần sau đó. Những người có tiền sử bệnh tim có thể gặp tình trạng tồi tệ, nguy hiểm hơn.

Giáo sư Peter Weissberg tại quỹ Tim mạch Anh cho biết: "Chúng tôi nhận thấy, trong những hoàn cảnh đặc biệt, tâm lý căng thẳng có thể gây ra một cơn đau tim. Do đó, trong buổi tang lễ, những người có tiền sử bệnh tim phải luôn chú ý sử dụng thuốc điều trị bởi sự căng thẳng lớn hơn rất nhiều".

Các chuyên gia cho biết thêm, nếu người qua đời là vợ hoặc chồng sẽ làm tang quyến tăng cao nguy cơ tử vong do bệnh tim và đột quỵ - chiếm 50% số ca tử vong.