

TĂNG HUYẾT ÁP: CẦN ĐIỀU TRỊ SỚM ĐỂ TRÁNH DI HẠI

Người bị tăng huyết áp cần được uống thuốc đầy đủ và kiểm soát huyết áp thường xuyên để tránh di hại đến các cơ quan khác trong cơ thể và dẫn đến đột quỵ, suy thận hay mù lòa...

Gần 1 tỷ người trên toàn cầu đang bị tăng huyết áp, dự đoán đến năm 2025, con số này sẽ tăng lên 50% (khoảng 1,56 tỷ người). Đây là kết quả từ công trình nghiên cứu về ảnh hưởng của bệnh tăng huyết áp do Liên đoàn Tim mạch học thế giới công bố.

Theo nghiên cứu này, dân số thế giới đang già đi nhưng lại béo ra, khiến cho tình trạng tăng huyết áp không ngừng tăng lên trên phạm vi toàn cầu.

Những người trên 40 tuổi có nguy cơ mắc bệnh tăng huyết áp cao hơn giới trẻ. (Ảnh minh họa: yhcotruyentw.org.vn)

Các chuyên gia cảnh báo rằng, tốc độ tăng cao nhất của bệnh tăng huyết áp xảy ra ở các nước đang phát triển, trong đó có VN và những nước có nền kinh tế chuyển hướng nhanh theo kiểu phương Tây.

Tại một buổi nói chuyện chuyên đề về bệnh này vào ngày 7/7, Giáo sư Tiến sĩ Nguyễn Mạnh Phan, Chủ tịch Hội Tim mạch học TP.HCM cho biết thêm, tăng huyết áp là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến đột quỵ, bệnh tim, suy thận, mù lòa và mất trí... nhưng hiện vẫn còn rất nhiều bất cập trong việc phòng ngừa, điều trị và đặc biệt là nhận thức của người dân về căn bệnh này.

Theo Giáo sư Phan, phần lớn các trường hợp mắc bệnh tăng huyết áp tại Việt Nam đều gặp khó khăn trong việc điều trị. Bệnh nhân thường không uống thuốc đầy đủ và không hiểu rằng việc uống thuốc vẫn cần thiết ngay cả khi họ cảm thấy khỏe trong người. Bên cạnh đó, hầu hết người dân không biết số đo huyết áp của mình là bao nhiêu, đồng nghĩa với việc không biết mình bị tăng huyết áp.

“Điều đáng nói là có khá nhiều trường hợp mắc bệnh nhưng không chú ý đến những triệu chứng của tăng huyết áp cho đến khi xảy ra thương tổn ở các cơ quan đích trong cơ thể như tim, não, thận, mắt... Trong khi đó, nếu điều trị tăng huyết áp sớm sẽ hạn chế được những ảnh hưởng trên” - Giáo sư Phan cho hay.

Cũng theo khuyến cáo của Giáo sư Phan, cần thay đổi các hành vi không có lợi cho sức khỏe (như hút thuốc lá, uống rượu bia), áp dụng chế độ ăn uống cân bằng và tăng cường vận động, tập thể dục... để phòng chống tăng huyết áp.

Còn đối với người bệnh, nếu cần sử dụng thuốc hạ huyết áp thì phải tuân thủ theo chỉ dẫn của

thầy thuốc, không tự ý ngưng thuốc để giữ mức huyết áp ổn định.
Như Quỳnh