

WHO: CẢNH BÁO NGUY CƠ TỬ VONG VÌ NGỒI LÂU TRÊN MÁY BAY

Khi đi du lịch phải ngồi lâu trong hơn 4 tiếng đồng hồ, đặc biệt là trên máy bay, làm tăng gấp đôi nguy cơ hình thành cục máu đông trong tĩnh mạch, có thể gây tử vong. Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) vừa đưa ra cảnh báo này.

Một nghiên cứu đặc biệt do WHO thực hiện về những nguy hiểm khi đi du lịch bằng máy bay khẳng định rằng, "các hành khách đi nhiều chuyến bay trong thời gian ngắn cũng có nguy cơ cao như trên". Theo WHO, nguy cơ này không biến mất hẳn sau một chuyến bay mà kéo dài trong khoảng 4 tuần.

Chứng huyết khối tĩnh mạch xuất hiện khi một cục máu đông phát triển trong tĩnh mạch sâu ở chân, sau đó di chuyển trong cơ thể và đi ngược lên phổi, làm tắc nghẽn sự lưu thông của máu. Khi cục máu đông lên đến phổi, bệnh nhân cảm thấy đau ở lồng ngực và bị rối loạn hô hấp. Nếu không điều trị có thể bị tử vong.

Tuy nhiên theo WHO, nguy cơ tuyệt đối của chứng huyết khối tĩnh mạch tương đối thấp: cứ 6.000 người thì có khoảng 1 ca. Nhưng các hành khách béo phì, có chiều cao trên 1,90m hoặc dưới 1,60m, có tiền sử trong gia đình bị rối loạn máu và phụ nữ dùng thuốc ngừa thai dễ là nạn nhân của chứng huyết khối tĩnh mạch.

WHO khuyến cáo khách du lịch đường dài nên hoạt động các cơ bắp chân bằng cách quay tròn mắt cá chân, cũng như tránh mặc quần áo quá chật cũng như không nên dùng thuốc an thần và uống rượu.

V.S