

## TẠI SAO NGƯỜI NAM Á BỊ CƠN ĐAU TIM NHIỀU HƠN?

Người Nam Á chiếm ¼ dân số thế giới. Các nhà nghiên cứu đã biết rằng Người Nam Á có khuynh hướng bị cơn đau tim ở độ tuổi trẻ hơn những người đến từ những vùng còn lại trên thế giới. Giờ đây các nhà nghiên cứu đã tìm được nguyên nhân

Jacob Joseph, 57 tuổi, người gốc Ấn Độ đang sống ở Bắc Mỹ, đã bị các vấn đề về tim mạch trong 4 năm qua. Ông có những người bạn Ấn Độ bắt đầu bị bệnh tim thậm chí còn sớm hơn nữa. Ông cho biết: "Sáng nay tôi vừa được tin có một người chỉ mới 35 hoặc 36 tuổi đã bị cơn đau tim."

Một cuộc nghiên cứu mới được đăng trên Tập san của Hội Y khoa Mỹ khẳng định là những người đến từ Ấn Độ và các nước khác ở Nam Á bị các cơn đau tim sớm hơn. Bác sĩ Salim Yusuf của trường Đại học McMaster và Hamilton Health Sciences ở Ontario, Canada, một trong số các nhà nghiên cứu đó, cho biết: "Độ tuổi trung bình mà người Nam Á bị cơn đau tim là 53 hoặc 54, trong khi ở những vùng khác trên thế giới thì độ tuổi đó là 58 hoặc 59."

Bác sĩ Salim Yusuf (Ảnh: meducator)

Sự chênh lệch này đặt ra câu hỏi là liệu có phải người Nam Á đặc biệt dễ bị các cơn đau tim mà không thể lý giải được là do các tác nhân gây bệnh quen thuộc như hút thuốc, thiếu tập thể dục, chế độ ăn uống nghèo nàn và tăng cholesterol hay không.

Để xác định nguyên nhân, bác sĩ Yusuf và các đồng nghiệp của ông đã xem xét dữ liệu của hơn 27.000 người đến từ Nam Á và những vùng khác trên thế giới. Họ đã có câu trả lời sau 8 năm kể từ khi tuyển chọn người tình nguyện đầu tiên. "Nguyên nhân người Nam Á mắc bệnh tim ở độ tuổi sớm hơn là vì trong số họ có nhiều người có cholesterol có hại và cholesterol bất lợi."

Bác sĩ Yusuf cho biết có thể có một lý do sinh học nào đó chưa giải thích được cho việc này mặc dù chế độ ăn uống nghèo nàn dường như đóng một vai trò nào đó. Ông chỉ ra rằng trong các món ăn như cà ri, do rau thường bị nấu quá lâu nên chúng mất đi các chất có lợi cho sức khỏe, và rằng người Nam Á luôn giữ thói quen này cho dù họ di cư đến đâu đi chăng nữa.

Tuy nhiên, cholesterol tăng cao không phải là tác nhân gây nguy cơ mắc bệnh duy nhất ở người Nam Á. Kết quả nghiên cứu còn cho thấy khi còn ở quê nhà họ cũng bị tiểu đường, cao huyết áp,

dùng thuốc lá, trầm cảm và bị stress nhiều hơn.

Bác sĩ Yusuf cho biết việc di cư sang Bắc Mỹ làm vấn đề này thêm xấu đi. Ông nói: “Tôi nghĩ rằng những người Nam Á nhập cư đã đến Bắc Mỹ thậm chí có nguy cơ bị bệnh tim cao hơn so với những người sống ở quê nhà là vì họ bị đô thị hóa nhiều hơn.”

Ông khuyên họ nên dùng thức ăn có lợi cho sức khỏe, tập thể dục, tránh thuốc lá, và kiểm tra sức khỏe định kỳ. Theo ông thì “Đây là những lời khuyên chung, bổ ích mà chúng tôi thường khuyên mọi người, nhưng ở Nam Á thì những lời khuyên này có ý nghĩa nhiều hơn.”

Hồng Lĩnh