

Tại sao đột quỵ não ở

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) cho biết, mỗi năm có khoảng 15 triệu người mắc đột quỵ não, khoảng 5 triệu người trong số đó tàn phế vĩnh viễn và 5 triệu người tử vong. Và theo Tổ chức Đột quỵ Mỹ, năm 2019, số lượng bệnh nhân đột quỵ ở những người trẻ đã tăng hơn 44% trong 10 năm gần đây, trong đó có khoảng 15% bệnh nhân đột quỵ mỗi năm có độ tuổi từ 18 – 50. Tại Việt Nam, tỷ lệ đột quỵ ở người trẻ tuổi đang có xu hướng gia tăng, trung bình khoảng 2% mỗi năm, trong đó số lượng nam giới cao gấp bốn lần nữ giới.

Đột quỵ não là gì?

Trong các bệnh nguy hiểm thì nhồi máu cơ tim và đột quỵ não đều là những bệnh lý nguy hiểm đến tính mạng đáng sợ nhất, vì vậy cần được phát hiện và xử trí kịp thời. Đây là những bệnh lý của hệ tuần hoàn cơ thể, liên quan đến hẹp tắc các động mạch, đặc biệt động mạch não và động mạch nuôi tim. Khi có sự giảm cung cấp máu sẽ dẫn đến tình trạng chết tế bào, mất chức năng hoạt động của bộ phận bị thiếu máu. Đột quỵ não là một tổn thương đến não xảy ra khi dòng máu cung cấp cho não bị gián đoạn hoặc giảm một cách đáng kể. Khi não bị thiếu oxy và dinh dưỡng, các tế bào não bắt đầu chết trong vòng vài phút. Vì lý do đó, đột quỵ não được coi là một tình huống cấp cứu y tế và cần có chẩn đoán và điều trị kịp thời.

Nguyên nhân đột quỵ não càng ngày càng trẻ hóa

Trước đây đột quỵ não thường xảy ra ở những người cao tuổi, nhưng ngày nay có khoảng 25% ca đột quỵ lại xảy ra ở những người trẻ tuổi. Đột quỵ ở người trẻ (dưới

45 tuổi) đang có chiều hướng gia tăng đáng báo động (tăng gần 50% trong vòng 12 năm qua).

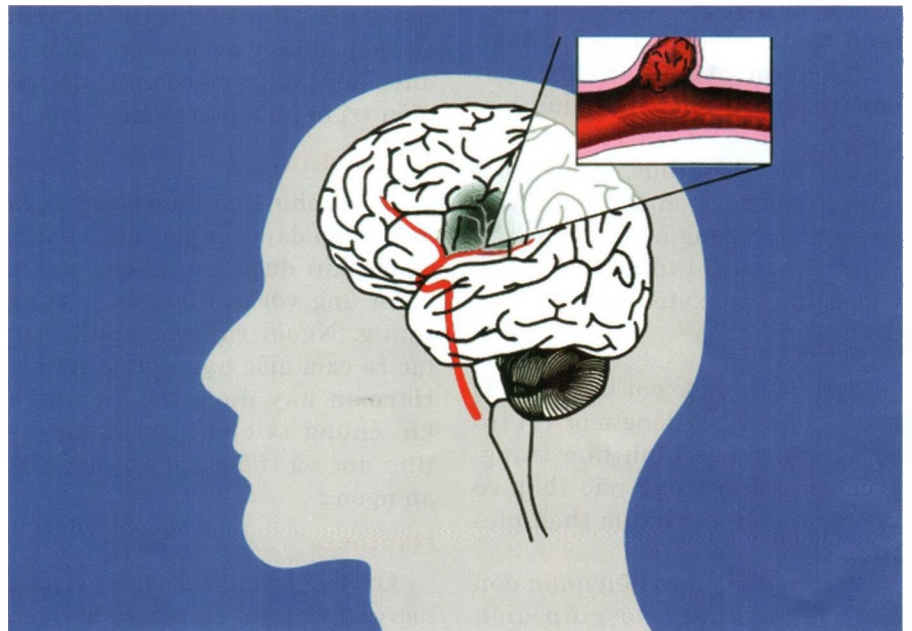
Có nhiều nguyên nhân gây đột quỵ não nhưng đột quỵ thường gặp ở những người bị đái tháo đường (nguy cơ gấp 4 lần so với người bình thường), tăng huyết áp (nguy cơ gấp 3 lần), bệnh tim mạch (gấp 6 lần), rối loạn mỡ máu, những người béo phì, ít vận động, hút nhiều thuốc lá, lạm dụng rượu, chất gây nghiện như heroin... Chỉ riêng với bệnh đái tháo đường gặp ở 30% bệnh nhân đột quỵ trẻ và bệnh tăng huyết áp là khoảng 10%. Đặc biệt ở khu vực Đông Nam Á, tỉ lệ bệnh nhân đột quỵ nhồi máu não trẻ tuổi có kèm theo đái tháo đường lên tới 54,8%.

Theo thống kê, khoảng 50% số bệnh nhân đột quỵ trẻ tuổi có hút thuốc lá, có sự tương quan giữa số lượng thuốc hút mỗi ngày và nguy cơ đột quỵ não. Bởi vì, thuốc lá có chứa khoảng 7.000 chất độc hóa học. Những chất độc này phá

hủy các tế bào trong cơ thể, làm tăng nguy cơ xơ vữa động mạch, do đó sẽ làm tổn thương mạch máu não.

Rượu, bia, đặc biệt là rượu mạnh có liên quan chặt chẽ đến sự gia tăng của bệnh lý chảy máu não ở bệnh nhân trẻ tuổi. Theo nghiên cứu của Tạp chí Y khoa *Lancet* (Anh), Việt Nam là quốc gia có tốc độ tăng tiêu thụ rượu, bia lớn nhất thế giới.

Đột quỵ não có thể dễ xảy ra ở người trẻ tuổi thường xuyên sử dụng các chất kích thích hoặc tình trạng béo phì do chế độ dinh dưỡng không hợp lý (ăn nhiều mỡ và phủ tạng động vật, ăn nhiều thức ăn chiên, rán, thức ăn nhanh, hoặc do thói quen sinh hoạt ngồi nhiều, ít vận động hoặc “béo phì văn phòng” do nghề nghiệp... Tại Việt Nam chưa có nghiên cứu cụ thể, tuy nhiên có một thực trạng là trong 5 năm vừa qua (từ 2014 đến 2020), tỉ lệ người béo phì tại Việt Nam đã tăng 33%, đứng thứ



Đột quỵ não xảy ra khi một bộ phận của não bị thiếu máu nuôi (do mạch máu bị tắc hay vỡ) làm chết các tế bào não. Nguồn: Stroke Foundation

Người trẻ tuổi có xu hướng gia tăng

↔ PGS.TS.BS BÙI MAI HƯƠNG

2 trong khu vực Đông Nam Á. Rối loạn mỡ máu làm cho tình trạng xơ vữa mạch máu gia tăng và tiến triển rất nhanh, là nguyên nhân quan trọng làm tổn thương mạch máu não gây đột quỵ não. Theo các nhà chuyên môn, có khoảng từ 50 – 60% bệnh nhân nhồi máu não trẻ tuổi có rối loạn chuyển hóa mỡ máu.

Hoặc do tình trạng căng thẳng thần kinh kéo dài bởi áp lực công việc làm cho đột quỵ ngày càng trẻ hóa. Bên cạnh đó do một số người trẻ mắc các bệnh lý bẩm sinh như bất thường về tim, đặc biệt là bệnh rung nhĩ, bệnh huyết học hay dị dạng mạch máu não cũng là nguyên nhân khiến tỷ lệ đột quỵ ở người trẻ gia tăng. Nguy hiểm hơn, một số người thường nghĩ đột quỵ não chỉ là bệnh của người cao tuổi nên hết sức chủ quan.

Biến chứng

Đột quỵ làm cho phần não bị thiếu oxy, tế bào não bị chết chỉ sau vài phút. Sau khi đột quỵ xảy ra, mỗi phút trôi qua sẽ có gần 2 triệu tế bào não bị chết và làm người bệnh già hơn khoảng 3 tuần tuổi. Chính vì vậy, người bệnh cần được điều trị càng sớm càng tốt và biện pháp điều trị duy nhất đó chính là “tái tưới máu cho não” càng nhanh càng tốt.

Người bệnh bị đột quỵ não có thể bị liệt, hôn mê và thậm chí tử vong. Thêm vào đó, đột quỵ không những là nguyên nhân gây tử vong hàng đầu mà còn gây tàn phế cho người bệnh, là gánh nặng về kinh tế cho gia đình và xã hội. Theo số liệu của Hội Đột quỵ Thế giới, cứ 6 người sẽ có 1 người bị đột quỵ, ở Việt Nam, mỗi năm có 200.000 người bị đột quỵ, tỷ lệ tử vong do đột quỵ ở nam giới là 18% và ở nữ giới là 23%



Hạn chế rượu bia và thuốc lá là biện pháp để phòng đột quỵ não ở người trẻ.
Nguồn: Verywell Mind

Triệu chứng và sự nguy hiểm của đột quỵ não

Đột quỵ não có thể gây ra nhiều triệu chứng như nhức đầu, rối loạn ý thức... Tuy vậy, chỉ cần nhớ ít nhất 1 trong 3 nhóm dấu hiệu xuất hiện đột ngột, đó là dấu hiệu liệt mặt (miệng bị lệch sang một bên, nếp nhăn mũi - má mờ), yếu, liệt tay hoặc chân (không thể cầm, nắm, hoặc thể hoặc khó đi lại), rối loạn ngôn ngữ (đột ngột rối loạn lời nói, không nói được hoặc lời nói không rõ... như bình thường trước đó).

Phòng đột quỵ ở tuổi trẻ

Phòng bệnh đột quỵ não tốt nhất bằng các tránh các yếu tố nguy cơ bởi thói quen sống tích cực, không lạm dụng bia, rượu, không hút thuốc lá, không sử dụng các chất kích thích, chế độ ăn uống cân điều độ, hợp vệ sinh, cân đối các chất. Nên ăn nhiều rau xanh, hoa quả tươi, giảm muối, giảm mỡ động vật, tập luyện thể

dục hàng ngày và nên tránh tình trạng căng thẳng thần kinh quá mức, kéo dài.

Người có nguy cơ mắc hoặc đang điều trị các bệnh đái đường, tăng huyết áp, rối loạn mỡ máu cần đo huyết áp hằng ngày, đo đường huyết hàng tuần và nên kiểm tra sức khỏe định kỳ để có sự điều chỉnh phù hợp và phòng ngừa đột quỵ. Với những người mắc bệnh tim mạch cần tích cực điều trị và tái khám theo hẹn của bác sĩ.

Bên cạnh đó, cần tìm nguyên nhân gây đột quỵ não để dự phòng đột quỵ tái phát và phục hồi thần kinh bằng cách tập phục hồi chức năng sớm (có thể ngay sau 24 giờ đầu), bởi tỷ lệ tái phát đột quỵ trong 5 năm đầu tiên là khoảng 25%, nghĩa là cứ 4 bệnh nhân sống sót sau đột quỵ sẽ có một bệnh nhân từng đột quỵ bị tái phát. Do đó, người bị đột quỵ cần chú ý điều trị thật tích cực để phòng ngừa tái phát tai biến mạch máu não. *