

Bs CKII Tr n Lâm - Khoa N i TM

H i n nay, t l m c b nh tim m ch ngày càng gia tăng, là nguyên nhân t vong hàng đ u. Theo báo cáo c a T ch c y t th gi i (TCYTTG), m i năm th gi i có kho ng 17,5 tri u ng i t vong do b nh tim m ch, chi m 30% t vong trên toàn c u, trong s đó, 7,3 tri u là do b nh m ch vành, 6,2 tri u là do đ t qu . N u không có m t hành đ ng tích c c thì đ n năm 2015 trên toàn th gi i s có 20 tri u ng i ch t do b nh tim m ch, và đ đoán năm 2030 s là 23,3 tri u ng i, ch y u t p trung c các n c đang phát tri n (kho ng 80%).

1. Các y u t nguy c c a b nh tim m ch:

Các y u t nguy c hành vi quan tr ng nh t c a b nh tim m ch và đ t qu là ch đ ăn u ng không lành m nh, ít ho t đ ng th l c, hút thu c lá, l m đ ng r u...Các y u t nguy c này ch u trách nhi m cho kho ng 80% b nh m ch vành và b nh m ch máu não. Nh ng h u qu c a ch đ ăn u ng không lành m nh và ít ho t đ ng th ch t có th là tăng huy t áp, tăng đ ng huy t, tăng lipid máu, quá cân, béo phì...Nh ng "y u t nguy c trung gian" này làm tăng nguy c xu t hi n các c n đau tim, đ t qu , suy tim và các bi n ch ng khác. Tuy nhiên, các y u t nguy c này có th đ c cân đo, phát hi n t i các c s chăm sóc ban đ u.



Ngoài ra, còn có m t s y u t quy t đ nh c b n c a b nh tim m ch, hay còn g i là "nguyên nhân c a nguyên nhân". Nh ng y u t này ph n ánh s chi ph i c a các l c l ng ch y u (s thay đ i kinh t , xã h i, văn hóa, môi tr ng...) đ n nguy c xu t hi n b nh tim m ch; đó là toàn c u hóa, đô th hóa, dân s già, s ngheo khó, stress và các y u t di truy n.

2. Ngheo kho – mot yu tu nguy c co a bnh tim mch:

Mot du ganh nang va cac xu huong bnh tim mch thay doi gia cac ncc, nhng t goc do phat trien con ngoi, 4 khia cnh sau đây co a gnh nang bnh tim mch du rit quan trng. Th nhit, mot du tuu trung binh khi phat bnh tim mch ph n cao hn nam gi i nhng so trng h p t vong tim mch tng đng gi a 2 gi i. Th hai, t vong tim mch đ c phân b du gi a cac ncc phat trien va đang phat trien. Hi n nay, bnh tim mch không còn là nhóm bnh chuyên bi t co a các qu c gia giàu có, mà ng c i, các ncc ngheo nh t thng b nh hng ng sâu s c nh t đ i v i bnh tim mch. Theo thng kê, 80% dân s th gi i đang sng c các ncc đang phat trien, và > 80% các ca t vong tim mch xy ra c các ncc có thu nh p th p và trung binh. Th ba, mot du t vong do bnh tim mch gia tăng cùng v i tuu tác ngày càng tăng, nhng g n 45% t vong tim mch xy ra c nhóm tuu i < 70, và t l t vong tim mch co a l a tuu i trung niên c các ncc có thu nh p th p và trung binh cao hn đáng k so v i các ncc giàu có. Cu i cùng, s b t bình đng l n nh t trong s phân b bnh tim mch đ c tìm th y ngay trong lòng nhng ncc có thu nh p th p và trung binh. ó, bnh tim mch có m t tác đng rit l n trên s c kh e co a l c l ng lao đng và đ t m t gnh nang lên n n kinh t c c.

Th t v y, bnh tim mch và ngheo doi có s liên quan ch c ch . Khi m t qu c gia phat trien kinh t , phat trien đô th và vn đ di c xy ra, các yu t nguy c tim mch khi đ u tăng nhng ngoi giàu có, nhng ngay sau đó, nh h c đ c nhng bài h c t b n thân mình và đ iu chnh l i sng, nhng nguy c này chuy n sang t p trung vào nhóm ngoi có thu nh p th p hn. Tính nh y c m co a nhng ngoi kém giàu có v i nhng yu t này đ c khu ch đ i b i s c căng thng tâm lý, nhng m c đ cao hn co a hành vi nguy c , và b i s ti p c n hn ch v i dch v chăm sóc s c kh e ch t l ng t t. h u h t các ncc có thu nh p cao, nhng ngoi có bnh tim mch đ c b o v b i h thng an sinh xã h i và s c m nh tài chính đáng k cho phép h mua dch v chăm sóc c n thi t. Ng c i, c các ncc có thu nh p th p và trung binh, h thng b o hi m y t phat trien kém, không t t ho c không t n t i; ngoi bnh ph i t trang tr i chi phí đ iu tr bnh tim mch thng v i nhng h u qu t h i, ho c không th tham gia đ iu tr .

Theo các nhà nghiên cu, ngoi dân c các ncc có thu nh p th p và trung binh hay ti p xúc hn v i các yu t nguy c đ n đ n bnh tim mch và các bnh không lây khác..H n n a, h thng không đ c hng l i nhiu t các chng trình đ phòng so v i c dân c các ncc thu nh p cao, và ít đ c ti p c n v i các dch v chăm sóc s c kh e hiu qu và công bng nh m đáp ng nhu cu co a h (bao g m c các dch v phat hi n bnh sm). H u qu là, nhiu ngoi dân c các ncc có thu nh p th p và trung binh b ch t tr do bnh tim mch, đây là l a tuu i có c h i làm ra nhiu c a c i và cng hi n cao nh t.

Trong mọt n c, nh ng ng i có tình tr ng kinh t - xã h i th p có nguy c phát tri n b nh tim m ch và các v n đ s c kh e khác. Nguyên nhân th ng đ c quy là do ít đ c ti p c n đ ch v chăm sóc s c kh e t t h c không nghiêm ch nh tuân th các ch đ đ phòng và đi u tr b nh. Tuy nhiên, l n đ u tiên, mọt nghi n c u M ch ra r ng s ti p c n và tuân th không th gi i thích h t cho s khác bi t này. Ng i nghèo có nguy c b b nh tim m ch cao h n nh ng ng i khác ngay c sau khi gi i quy t các y u t nguy c nh hút thu c lá, tăng huy t áp,... . Nghi n c u s đ ng đ li u c a 12.000 ng i, tu i 45-64, s ng B c Carolina, Mississippi, Minnesota và Maryland. Đ i t ng tham gia nghi n c u báo cáo trình đ h c v n và m c thu nh p c a h trong năm 1987, và sau đó đ c theo dõi trong 10 năm v b nh lý tim m ch và nh ng thay đ i trong các y u t nguy c c a h , bao g m cholesterol máu, huy t áp và hút thu c... K t qu cho th y, nh ng ng i có tình tr ng kinh t - xã h i th p h n có nguy c m c b nh tim m ch cao h n 50% so v i nh ng đ i t ng nghi n c u khác. Đ k t lu n, các nhà nghi n c u cho r ng, tình tr ng nghèo khó h c có mọt n n giáo d c đ i b c trung h c có th đ c coi là mọt nguy c b sung khi đánh giá kh năng m c b nh tim m ch c a mọt b nh nhân. Do v y, nh ng ng i có tình tr ng kinh t - xã h i th p c n ph i đ c theo dõi, phát hi n, qu n lý tích c c b nh lý tim m ch c a h .



Nh ng ng i nghèo nh t trong các qu c gia có thu nh p th p và trung bình b nh h ng nh t. c p h gia đình, có đ b ng ch ng đ ch ng minh r ng b nh tim m ch và các b nh không lây khác góp ph n vào s nghèo khó do chi phí y t cao v t quá túi ti n. c p đ kinh t vĩ mô, b nh tim m ch đ t mọt gánh n ng lên n n kinh t c a các n c có thu nh p th p và trung bình. c tính, các b nh không lây nh b nh tim m ch và đái tháo đ ng làm gi m t ng s n l ng qu c n i (GDP) lên t i 6,77% c các n c có thu nh p th p và trung bình có tăng tr ng kinh t nhanh.

3. Làm th nào đ gi m gánh n ng b nh tim m ch c các n c nghèo khó?

Theo TCYTTG, các can thi p hi u qu , kh thi v i chi phí r t cao trong phòng, ch ng các b nh tim m ch có th đ c th c hi n ngay c trong nh ng b i c nh có ngu n l c th p. B nh tim và đ t qu có th đ c đ phòng thông qua ho t đ ng th ch t đ u đ n, ch đ ăn u ng lành

mnh giu trai cay va rau qu, trah cac thc an co nhieu chit beo, dng va mu, trah hut thu c la va hit khoi thu c la th dng, trah lm dng rru, duy tri mt trng llnng co th thich hp, d phong hoc diu tr tng huyt ap, dai thao dng, tng lipid mau...

Tin hanh cac hanh dng toan din va tich hp la cach d d phong va kim soat bnh tim mch mt cach hieu qu.

Hanh dng toan din doi hi phi kit hp cac phng phap nhm lam gim nguy c trong toan bn dan so vi nhng chln lln c nhm vào các cá nhân có nguy c cao hoc đã có bnh. Có th mt số bin phap can thi p sau:

- Chinh sach kim soat thu c la toan din,
- Đanh thu d gim tieu th cac lo i thc phm co nhieu chit beo, dng va mu,
- Xay dng cac tuy n dng di b, di xe dp, di cu thang b d tng hoc t dng th chit,
- Cung co p cac ba ăn lành mn nh trng hc cho tr em.

Cac phng phap ti p c n tich hp tp trung vào các yu tu nguy c phi bin chinh nh: ch d ăn u ng không lành mn, không hoc t dng th chit, số dng thu c la... Nhm d phong va phát hin sm bnh tim mch, chinh phi c n tng cng d u tu thông qua các chng trnh quc gia, có các chinh sach nhm to môi trng thu n l i cho vic l a ch n các dch v chăm sóc s c kh e thich hp va sn có d dng vien m i ng i ch p nhn va duy tri hanh vi lành mn. Có nhieu l a ch n can thi p có th số dng dng c. Mt số bin phap can thi p có th dng c thc hin ngay co bi nhng nhn vien y tu không phi th y thu c nhng co sy y tu gn vi khách hàng. H là nhng ng i can thi p rt hieu qu va có nh hng cao, đây là d i tng dng dng c TCYTTG u tiên. Chng hn, d i tng có nguy c cao có th dng c xác dnh sm t i tr m y tu bnng cách số dng các công c d n gin nh là các th c đo, máy đo huyt ap, các tiêu chu n ch n đoán, các biu d d báo nguy c chuyên bit, c th...Nu d i tng dng c xác dnh sm thì các phng ti n diu tr r t i n dng c số dng d d phong nhng c n đầu tim va dt qu. Nhng ng i sng sót sau c n đầu tim va dt qu có nguy c cao b tái phát hoc t vong. Nguy c này có th dng c làm gim đáng k bnng số kit hp co a vic diu chnh l i sng va số dng các lo i thu c diu tr nh thu c h huyt ap, thu c gim m máu, gim dng máu, statin, aspirin,....

Tóm l i, d hoc t dng chăm sóc s c kh e tim mch cho ng i ngheo kho có hieu qu vng bn, c co p d quc gia va toan cu c n có nhng chinh sach phù hp d giáo d c cng dng, phát hin sm va kim soat hieu qu nhieu yu tu nguy c, mnng l i chăm sóc s c kh e ban d u va chăm sóc s c kh e chuyên khoa phi hanh dng chit ch vi nhau, số dng hp lý

các phòng ngừa tiến hành ưu tiên với chi phí thấp nhất để giảm thiểu tử vong và phòng ngừa phát.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. WHO. Cardiovascular diseases (CVDs). Updated March 2013.
2. Poverty a risk factor for heart disease. Health news. Aug. 30, 2011.
3. Robert Beaglehole, Srinath Reddy, et al. Poverty and Human Development. The Global Implications of Cardiovascular Disease. Circulation. 2007; 116: 1871-1873