

Bs CKII Trần Lâm - Khoa Nội TM

Viết nhân ngày thế giới không thuốc lá (World Smoke Free Day - 31/5)

Hiện nay trên thế giới có hơn 1 tỷ người hút thuốc lá. Tỷ lệ số người nghiện sốn phẩm thuốc lá đang giảm ở các nước thu nhập cao, nhưng đang tăng ở mức độ toàn cầu với hơn 80% người hút thuốc hiện đang sống ở các nước thu nhập thấp và trung bình. Chỉ riêng ở Trung Quốc đã có hơn 303 triệu người nghiện hút thuốc lá và hơn 530 triệu người phụ nữ nhiễm thuốc. Thuốc lá giết hơn 5,4 triệu người mỗi năm – cao hơn tỷ vong hàng năm của bệnh lao, HIV/AIDS và sốt rét cộng lại – là nguyên nhân của 1/10 trường hợp tử vong người lớn. Trong thế kỷ XX, 100 triệu cái chết là do thuốc lá, và nếu cứ tiếp tục đà tăng này thì sẽ có 1 tỷ người chết do thuốc lá trong thế kỷ XXI (WHO, 2008). Các nhà nghiên cứu ước tính đến năm 2030, 80% cái chết liên quan đến thuốc lá sẽ xảy ra ở các nước thu nhập thấp và trung bình.



Trong nghiên cứu Gánh nặng bệnh tật toàn cầu (Global Burden of Disease study), Lopez và cộng sự cho rằng 880.000 trường hợp tử vong bệnh tim vành và 412.000 trường hợp tử vong đột quỵ trong năm 2000 có thể được quy do thuốc lá. Dựa liệu này đưa vào những đánh giá về nguy cơ tử vong do các tử vong do bệnh tim vành, đột quỵ và bệnh tim tăng huyết áp ở những người hút thuốc lá. Những nguy cơ này cao hơn ở người trẻ. Tuy nhiên, loại tử vong tim mạch phổ biến nhất liên quan với thuốc lá lại thay đổi tùy theo quốc gia. Chẳng hạn, ở Ấn Độ, người hút thuốc lá chết do bệnh tim vành có tỷ lệ cao hơn; trong khi đó, ở Trung Quốc, thuốc lá gây ra nhiều cái chết do đột quỵ hơn ([Ezzati et al., 2005](#)). Gần đây, [Sanne A.E. Peters](#) và cộng sự đã phân tích gần 81 nghiên cứu bao gồm 3.980.359 bệnh nhân với 42.401 cái chết do đột quỵ, nhận thấy hút thuốc lá là yếu tố nguy cơ độc lập của đột quỵ ở cả 2 giới. So với người chưa hút thuốc lá, ích lợi của việc cai thuốc lá trên nguy cơ đột quỵ ở những người từng hút thuốc lá tương đương với giảm 2 giới.

Người hút thuốc lá có nguy cơ nhồi máu cơ tim quan trọng trên việc giảm bệnh tim vành. Trong một thử nghiệm quan sát dài hạn vào bệnh cholesterol, Critchley và cộng sự nghiên cứu người hút thuốc lá thành công làm giảm nguy cơ tử vong bệnh tim vành tới 36%. Gritz và cộng sự nghiên cứu người hút thuốc lá làm giảm đáng kể tỷ lệ tái nhồi máu trong 1 năm ở bệnh nhân bệnh nhồi máu cơ tim, và làm giảm nguy cơ đột tử do tim ở bệnh nhân bệnh nhồi máu cơ tim vành. Trong y văn, có một số bằng chứng chuyên gia cho rằng nguy cơ bệnh tim mạch giảm theo thời gian nếu bỏ thuốc trong 2-3 năm đầu sau người hút thuốc. Mặc dù vậy, việc giảm nguy cơ phụ thuộc vào số năm hút thuốc và số lượng thuốc hút hàng ngày, nhưng theo thời gian, nguy cơ bệnh tim mạch ở bệnh nhân ngừng hút thuốc lá có thể giảm tới mức tương đương với người không hút thuốc lá.

Trong tương lai, có 2 khuynh hướng liên quan đến bệnh tim mạch do thuốc lá. Thứ nhất, ở hầu hết các quốc gia, tỷ lệ hút thuốc lá cao hơn ở bệnh nhân nghèo hơn ([WHO, 2008c](#)). Khuynh hướng đáng lo ngại thứ hai là tình trạng hút thuốc lá ở thanh niên. Ở hầu hết các nước đang phát triển, tỷ lệ phụ nữ hút thuốc lá thấp hơn có ý nghĩa so với nam giới, sự khác biệt này có thể giúp giảm thiểu nguy cơ tử vong ở bệnh nhân có bệnh tim mạch ở phụ nữ ([Pilote et al., 2007](#)).

).

Tuy nhiên một khảo sát (Global Youth Tobacco Survey) cho thấy thanh niên có tỷ lệ hút thuốc lá tương đương con trai ở hơn 60% các quốc gia được đánh giá. Nếu không thay đổi hành vi thanh niên tương lai bất kể con trai và hút thuốc ở cả nam giới hiện nay đang hút thì tỷ lệ bệnh tim mạch và tử vong liên quan thuốc lá sẽ tăng mạnh. Thay vì như thế, nếu chính sách có thể làm cho tỷ lệ hút thuốc ở cả hai giới thấp hơn mức tỷ lệ phụ nữ hiện nay đang hút thì những lợi ích từ phòng có được sẽ là rất lớn.

Bên cạnh hút thuốc lá chủ động, số phơi nhiễm thụ động với thuốc lá ngày càng được chứng minh làm gia tăng có ý nghĩa nguy cơ tim mạch. Và việc cấm hút thuốc lá nơi công cộng có thể làm giảm có ý nghĩa tỷ lệ xuất hiện cơn đau tim. Một báo cáo kết luận rằng, số phơi nhiễm thụ động thuốc lá thụ động làm gia tăng nguy cơ tim mạch tới 25-30%, và có một bằng chứng mạnh mẽ chứng minh mối liên hệ nhân quả giữa phơi nhiễm thụ động thuốc lá thụ động với nhồi máu cơ tim cấp. Mối quan hệ nhân quả này được tái khẳng định bởi một kết luận gần đây rằng, việc cấm hút thuốc lá làm giảm có ý nghĩa tỷ lệ nhồi máu cơ tim cấp tới 6% tới 47% ([IOM, 2009](#)).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. [Critchley JA](#) 1, [Capewell S](#) . Mortality risk reduction associated with smoking cessation in patients with coronary heart disease: a systematic review. [J](#)

[AMA.](#)

2003 Jul 2;290(1):86-97.

2. [Majid Ezzati](#) , PhD; [S. Jane Henley](#) , et al. Role of Smoking in Global and Regional Cardiovascular Mortality. *Circulation*. 2005; 112: 489-497.
3. [Sanne A.E. Peters](#) , PhD; et al. Smoking as a Risk Factor for Stroke in Women Compared With Men. A Systematic. Review and Meta-analysis of 81 Cohorts, Including 3 980 359 Individuals and 42 401 Strokes. *Stroke*. 2013; 44: 2821-2828.
4. Valentín Fuster and Bridget B Kelly. Promoting Cardiovascular Health in the Developing World: A Critical Challenge to Achieve Global Health. National Academy of Sciences. 2010.