Bs Nguy□n Văn Tu□n - Khoa M□t

□ M□, m□t nghiên c□u v□i h□n 6,700 ng□□i trên 40 tu□i v□ gi□c ng□ c□a h□ cho th□y có th□ có m□i liên h□ gi□a b□nh tăng nhãn áp và các v□n đ□ v□ gi□c ng□.(1)

B□nh tăng nhãn áp là m□t b□nh v□ th□n kinh th□ giác. T□n th□□ng th□n kinh này th□□ng không đ□□c chú ý cho đ□n khi khám m□t th□y t□n th□□ng l□p s□i th□n kinh võng m□c và m□t th□ l□c liên quan do b□nh tăng nhãn áp.

Nghiên c□u đã xem xét l□y d□ li□u t□ Kh□o sát ki□m tra s□c kh□e và dinh d□□ng qu□c gia M□ t□ 2005-2008 (National Health and Nutrition Examination Survey). Nh□ng ng□□i tham gia nghiên c□u là nh□ng b□nh nhân tăng nhãn áp v□i b□ng ch□ng t□n th□□ng l□p s□i th□n kinh võng m□c và t□n th□□ng th□ tr□□ng. Nh□ng b□nh nhân này đ□□c ch□p hình đáy m□t và ki□m tra th□ tr□□ng t□ đ□ng.



Các v□n đ□ v□ gi□c ng□ đã đ□□c kh□o sát trong nghiên c□u:

- Th□i gian ng□
- Khó ng□
- R□i lo□n gi□c ng□ (th□c d□y trong khi ng□)
- Đã đ□□c ch□n đoán r□i lo□n gi□c ng□, bao g□m c□ ng□ng th□ khi ng□
- S□ d□ng thu□c ng□
- V□n đ□ v□i bu□n ng□ trong ngày

Nghiên c□u tìm th□y m□i liên quan gi□a vi□c m□c b□nh tăng nhãn áp và g□p nhi□u v□n đ□ v□ gi□c ng□:

+ Nh□ng ng□□i ng□ t□ 10 ti□ng tr□ lên m□i đêm có nguy c□ b□ t□n th□□ng th□n kinh th□ giác liên quan đ□n b□nh tăng nhãn áp cao g□p ba l□n so v□i nh□ng ng□□i ng□ 7 ti□ng m□i đêm.

+ Nh□ng ng□□i ng□ trong 9 phút ho□c ít h□n, ho□c nh□ng ng□□i c□n ng□ t□ 30 phút tr□ lên, có kh□ năng m□c b□nh tăng nhãn áp cao g□p đôi so v□i nh□ng ng□□i m□t 10-29 phút đ□ ng□.

+ T□ l□ m□t th□ l□c cao h□n ba l□n □ nh□ng ng□□i ng□ 3 ti□ng ho□c ít h□n ho□c 10 ti□ng tr□ lên m□i đêm, so v□i nh□ng ng□□i ng□ 7 ti□ng m□t đêm.

+ Nh□ng ng□□i nói r□ng h□ g□p khó khăn trong vi□c ghi nh□ m□i th□ vì bu□n ng□ ban ngày có kh□ năng b□ m□t th□ tr□□ng cao g□p đôi so v□i nh□ng ng□□i không bu□n ng□ vào ban ngày và không nh□n th□y có v□n đ□ v□ trí nh□.

+ Nh□ng ng□□i nói r□ng h□ g□p khó khăn khi làm vi□c theo s□ thích vì h□ bu□n ng□ ban ngày có kh□ năng b□ gi□m th□ l□c cao g□p ba l□n so v□i nh□ng ng□□i không có v□n đ□ khi làm vi□c theo s□ thích và không bu□n ng□ vào ban ngày.

“Chúng tôi bi□t r□ng các Bác sĩ nên nói chuy□n v□i b□nh nhân c□a h□ v□ t□m quan tr□ng c□a gi□c ng□ lành m□nh đ□i v□i s□c kh□e t□ng quát.V□i nh□ng nghiên c□u nh□ th□ này, chúng tôi có th□ cho r□ng b□nh tăng nhãn áp có th□ liên quan đ□n các v□n đ□ s□c kh□e gi□c ng□”, ti□n sĩ Boland nói.(1)

Vi□n Hàn Lâm Nhãn khoa Hoa K□ khuy□n cáo m□i ng□□i 40 tu□i tr□ lên nên đi khám Bác sĩ Nhãn khoa. Đây là đ□ tu□i mà các d□u hi□u s□m c□a b□nh m□t (nh□ b□nh tăng nhãn áp) và thay đ□i th□ l□c có th□ b□t đ□u.

Hãy đ□n v□i Bác sĩ Nhãn khoa đ□ đ□□c t□ v□n và sàng l□c B□nh lý tăng nhãn áp. Hi□n t□i Khoa M□t B□nh vi□n đa khoa t□nh Qu□ng Nam đã trang b□ máy ch□p c□t l□p quang h□c- m□t k□ thu□t ch□n đoán hình □nh đáy m□t hi□n đ□i, t□m soát t□t b□nh lý tăng nhãn áp.

Tài li□u tham kh□o

1. Qiu, Mary MD*; Ramulu, Pradeep Y. MD, PhD*; Boland, Michael V. MD, PhD (2019), Journal of Glaucoma,"Association Between Sleep Parameters and Glaucoma in the United States Population", Volume 28 - Issue 2 - p 97–104
2. L□□c d□ch t□: https://www.aao.org/eye-health/news/study-relationship-between-glaucoma-poor-sleep