

Bs CKII Nguyễn Thị Tuyết - Khoa Khám bệnh

Trong tất cả các nguyên nhân gây bệnh lý tim mạch thì hút thuốc lá là một trong những nguyên nhân hàng đầu làm tăng nguy cơ mắc và tử vong do bệnh lý tim mạch. Nicotine là một trong 4.000 loại hóa chất khác nhau có trong thuốc lá. Sau khi khói thuốc được hít vào phổi, nicotine chuyển thành phân trong số những hóa chất này đi qua thành phổi, vào máu và tích lũy trong cơ thể. Người hút thuốc có nguy cơ cao mắc các bệnh như: xơ vữa động mạch, tăng huyết áp, bệnh mạch vành, rối loạn nhịp tim, đột tử, nhồi máu cơ tim, phình động mạch chủ, ung thư. Ngoài ra hút thuốc lá còn làm tăng nguy cơ mắc bệnh lý răng miệng, bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính, bệnh lý đường ruột, giảm khả năng tình dục.....các nguy cơ này tăng lên tỉ lệ thuận với khối lượng thuốc hút và thời gian hút thuốc. Không có bằng chứng nào chứng minh rằng hút thuốc lá đầu tiên giúp giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch.



1. Ảnh hưởng của nicotine và huyết áp

Khi hít khói thuốc vào sẽ gây ra một số tác động ngay lập tức lên tim và mạch máu do tăng nồng độ Catecholamine trong máu (đây là chất nội tiết có vai trò kích thích hệ thống thần kinh giao cảm của cơ thể) và tăng chất carbon monoxid (một chất có nhiều trong thuốc lá). Mặt khác, nồng độ Nicotine tăng trong máu cũng gây co mạch, tăng huyết áp, tăng nhịp tim. Trong phút đầu của quá trình hút thuốc nhịp tim bắt đầu tăng lên, có thể tăng tới 30% trong 10 phút đầu hút thuốc. Nhịp tim có thể giảm xuống tạm thời nếu tiếp tục hút thuốc, nhưng không bao giờ trở về bình thường nếu chưa ngừng hút. Một tác động quan trọng khác là gây tăng huyết áp cấp tính. Trong một số nghiên cứu cho thấy rằng huyết áp trước và bình thường giảm các lần hút thuốc nhưng nếu hút nhiều lần trong ngày dần dần tăng huyết áp trung bình. Hút thuốc cũng làm tăng huyết áp dao động. Trong khi tăng huyết áp có thể dần dần các bệnh tim mạch, tăng huyết áp dao động thậm chí còn nguy hiểm đến tim hơn.

Hút thuốc còn làm giảm tác động điều trị tăng huyết áp. Một số nghiên cứu cho thấy rằng hút thuốc làm một tác động của thuốc điều trị tăng huyết áp. Một cách khác mà hút thuốc làm một tác động của thuốc là do nó kích thích gan sản xuất ra enzyme vào trong máu làm hạn chế tác động của thuốc.

2. Bệnh lý mạch vành

Hút thuốc là nguy cơ tiềm tàng phát triển bệnh lý tim mạch do: thuốc lá làm tăng khả năng tích tụ cholesterol, tăng tình trạng tắc mạch. Thuốc lá gây tổn hại chức năng nội mô, làm giảm tiết NO là một chất gây giãn mạch. Hút thuốc lá gây xơ vữa động mạch vì: làm tăng cholesterol LDL-C (Cholesterol có hại), giảm HDL-C (Cholesterol có lợi), tăng các yếu tố gây viêm bạch cầu, CRP, fibrinogen, gây tăng stress oxy hóa, làm giảm các chất chống oxy hóa mà cơ thể cần thiết để bảo vệ thành mạch.

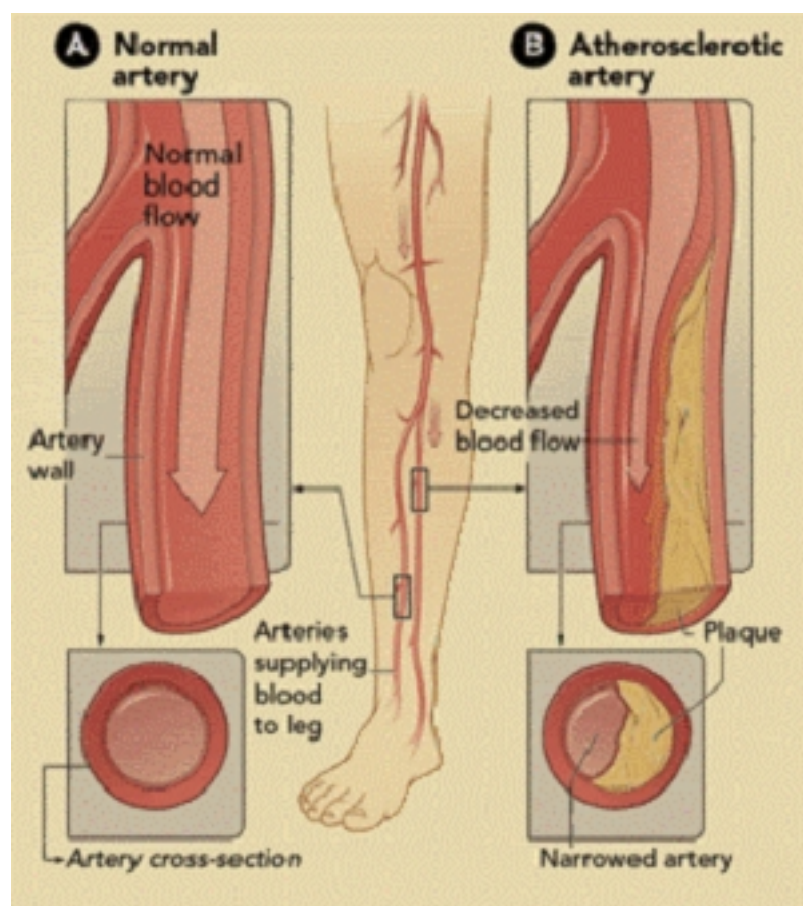
Một nghiên cứu trên đối tượng y tá cho thấy những người hút 4 điếu thuốc mỗi ngày tăng 2,5 nguy cơ mắc bệnh mạch vành. Nhìn chung người hút thuốc có nguy cơ từ 2 tới 4 lần mắc các bệnh về tim và > 70 % chết vì các căn bệnh này so với người không hút thuốc.

3. Bệnh lý mạch máu ngoại biên

Hút thuốc lá và nguy cơ mắc bệnh tim mạch

Viết bởi Biên tập viên

Thứ bảy, 28 Tháng 3 2015 20:00 - Lần cập nhật cuối Thứ bảy, 28 Tháng 3 2015 20:11



• Ảnh hưởng của thuốc lá lên mạch máu ngoại biên

Hơn 80% người mắc bệnh lý mạch máu ngoại biên (BLMMNB) có ảnh hưởng đến chân là những người có hút thuốc hoặc hít khói thuốc lá. Hút thuốc lá gia tăng nguy cơ BLMMNB gấp 2,5 lần so với mức tiêu thụ chỉ bao gồm hút thuốc lá. Hút thuốc gây ra các triệu chứng của BLMMNB phát triển sớm hơn. Mức độ nguy cơ của BLMMNB cũng gia tăng theo số điếu thuốc hút. Và làm tăng nguy cơ cắt chân do tổn thương mạch máu hay giảm tưới thành công trong việc đi u tr. Tiến trình đến BLMMNB khởi phát sớm. Trong khói thuốc lá có chứa một lượng lớn các chất oxy hóa, có vai trò chính trong việc hình thành các mảng xơ vữa bám vào thành động mạch.

4. Phòng ngừa mạch ch

Hút thuốc lá và nguy cơ mắc bệnh tim mạch

Viết bởi Biên tập viên

Thứ bảy, 28 Tháng 3 2015 20:00 - Lần cập nhật cuối Thứ bảy, 28 Tháng 3 2015 20:11

Những người hút thuốc có nguy cơ cao bị xơ vữa động mạch, những mảng xơ vữa đó tích tụ lên làm cho thành động mạch bị dày lên và tạo thành cục phình, hoặc túi phình thành mạch. Những cục thành mạch này có thể vỡ. Những người hút thuốc thì tỷ lệ bị phình động mạch chủ nhiều gấp 8 lần và và tỷ lệ chết do vỡ phình mạch cao hơn rất nhiều so với người không hút thuốc.

5. Rối loạn nhịp tim và đột tử

Khói thuốc làm tăng tiết catecholamine, các hoạt chất tự nhiên trong cơ thể như adrenaline, có thể gây rối loạn nhịp tim nguy hiểm đến tính mạng như ngừng tim thu đột, rung thất có thể gây đột tử.

6. Bệnh cơ tim

Nhiều nghiên cứu đã phát hiện nguy cơ mắc các bệnh cơ tim ở người hút thuốc lớn hơn người không hút thuốc. Khói thuốc lá làm phá hủy các động mạch nhỏ, làm tổn thương cơ tim, làm tăng tính nhầy của màng và nhiễm virus đến đến bệnh viêm cơ tim.

7. Đau thắt ngực và nhồi máu cơ tim

Những người hút thuốc hay bị các cơn đau thắt ngực và nhồi máu cơ tim nhiều hơn những người không hút thuốc. Những người hút thuốc thì tuổi bắt đầu bị nhồi máu cơ tim sớm hơn, nguy cơ tái phát cơn nhồi máu trong một năm gấp 2 lần so với người không hút thuốc.

Khi so sánh với những người không bao giờ hút thuốc thì những người hút thuốc có nguy cơ bị cơn thất mạch vành cao gấp 20 lần, thời gian bị cơn cơn thất mạch vành kéo dài hơn và những người mắc bệnh sẽ có thời gian sống với người không hút thuốc. Cơn thất mạch vành có thể xảy ra sau khi chỉ hút một điếu thuốc.

8. Bệnh thuốc lá có lợi cho sức khỏe

Hút thuốc lá và nguy cơ mắc bệnh tim mạch

Viết bởi Biên tập viên

Thư bày, 28 Tháng 3 2015 20:00 - Lần cập nhật cuối Thư bày, 28 Tháng 3 2015 20:11

- Bỏ hút thuốc có thể giảm nguy cơ tim mạch. Chỉ 1 năm sau khi cai thuốc, nguy cơ bệnh tim mạch đầu tim giảm một nửa.
- Trong vòng 2-5 năm sau khi bỏ hút thuốc, nguy cơ đột quỵ có thể giảm xu hướng giảm một nửa nếu không hút thuốc.
- Bỏ hút thuốc lá, nguy cơ đột tử vì ung thư miệng, họng, thực quản, bàng quang giảm một nửa trong vòng 5 năm.
- Mười năm sau khi bỏ hút thuốc lá, nguy cơ ung thư phổi giảm một nửa.

Tài liệu tham khảo

1. U.S. Department of Health and Human Services. [The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General](#). Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014.
2. U.S. Department of Health and Human Services. [How Tobacco Smoke Causes Disease: What It Means to You](#). Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2010.
3. Holbrook JH, Grundy SM, Hennekens CH, Kannell WB, Strong JP. Cigarette smoking and cardiovascular diseases: a statement for health professionals by a task force appointed by the steering committee of the American Heart Association. *Circulation*. 1984;70:1114A-1117A.
4. Jonas MA, Oates JA, Ockene JK, Hennekens CH. Statement on smoking and cardiovascular disease for healthcare professionals: American Heart Association. *Circulation*. 1992;86:1664-1669.