

Tăng áp động mạch phổi và những lưu ý

Tăng áp động mạch phổi ở giai đoạn đầu có thể không có triệu chứng gì đặc biệt hoặc triệu chứng rất nhẹ, dễ bị bỏ qua. Khi bộc lộ triệu chứng, thường bệnh đã ở giai đoạn nặng.

Trong cơ thể con người có 2 hệ tuần hoàn. Hệ đại tuần hoàn đưa máu từ tim trái qua động mạch chủ cung cấp oxy và chất dinh dưỡng đi nuôi cơ thể. Hệ tiểu tuần hoàn đưa máu từ tim phải lên phổi để trao đổi khí cacbonic và lấy khí oxy về tim trái. Chúng ta vẫn quen với khái niệm tăng huyết áp, đó là tăng huyết áp trong các động mạch hệ đại tuần hoàn. Tăng áp phổi là tăng áp lực hệ tiểu tuần hoàn.

1. Dấu hiệu nhận biết

Tăng áp động mạch phổi ở giai đoạn đầu có thể không có triệu chứng đặc biệt hoặc triệu chứng rất nhẹ, dễ bị bỏ qua. Khi bộc lộ triệu chứng, thường bệnh đã ở giai đoạn nặng. Các triệu chứng của tăng áp động mạch phổi cũng dễ nhầm lẫn với các bệnh khác như: khó thở, đau ngực, mệt, ngất, ho ra máu...

Do đó, khi có các dấu hiệu sau đây người bệnh cần đi khám sớm để phát hiện và điều trị bệnh tăng áp động mạch phổi: Khó thở mà không có triệu chứng đặc hiệu của bệnh tim/phổi, hoặc ở bệnh nhân có sẵn bệnh tim/phổi nhưng khó thở tăng lên mà không giải thích được. Mệt mỏi, yếu cơ, đau ngực, ngất, trướng bụng, khó tiêu. Bờ trái xương ức nhô cao, tiếng tim T2 mạnh ở đáy tim, tiếng thổi ở tim, gan to, phù chi... Ngoài ra, do triệu chứng không điển hình và mơ hồ ở giai đoạn đầu nên một số đối tượng nguy cơ cao bị tăng áp động mạch phổi cần chủ động đến khám sớm để được sàng lọc, phát hiện bệnh sớm, bao gồm: Tiền sử gia đình có người bị tăng áp động mạch phổi, người có bệnh tim bẩm sinh, có bệnh hệ thống như xơ cứng bì, Lupus ban đỏ, có tiền sử tăng áp lực tĩnh mạch cửa, xơ gan, bệnh nhân nhiễm HIV.

2. Nguyên nhân dẫn đến bệnh tăng áp động mạch phổi

Có nhiều nguyên nhân và được chia ra nguyên nhân vô căn (hay tăng áp động mạch phổi nguyên phát). Tăng áp động mạch phổi có tính chất gia đình.

Ngoài ra, bệnh còn có nguyên nhân phối hợp với một số bệnh lý : Bệnh lý mô liên kết; tim bẩm sinh có luồng thông trái phải : thông liên thất, thông liên nhĩ, còn ống động mạch...; HIV; ngộ độc thuốc; phối hợp với bệnh lý tĩnh mạch và mao mạch: tắc nghẽn tĩnh mạch phổi , u máu mao mạch phổi ; tăng áp động mạch phổi trường diễn ở trẻ sơ sinh.

3. Biến chứng nguy hiểm

Nếu như không được phát hiện và điều trị kịp thời, bệnh sẽ để lại những biến chứng rất nguy hiểm như: Tăng áp động mạch phổi làm tăng nguy cơ hình thành các cục máu đông trong động mạch nhỏ trong phổi, gây chít hẹp, tắc mạch máu, nhồi máu động mạch phổi gây sốc hoặc tử vong.

Xuất huyết phổi, tổn thương phổi khiến quá trình hô hấp gặp khó khăn và có thể dẫn đến tử vong.

Bệnh tim do phổi. Những bệnh nhân mắc bệnh tâm thất phải trở nên phì đại và phải làm việc nhiều hơn mức bình thường để tổng máu sang động mạch phổi. Ban đầu tim cố gắng để bù đắp bởi thành dày và giãn rộng buồng tâm thất phải để tăng cường lượng máu lưu trữ. Tuy nhiên, hiện tượng tâm thất dày lên chỉ là tạm thời, theo thời gian tâm thất sẽ bị suy yếu và dẫn đến bệnh tim. Do vậy, để chẩn đoán và điều trị tăng áp động mạch phổi, các bác sĩ khuyến cáo người bệnh nên đến cơ sở y tế, nhất là chuyên khoa tim mạch để được chẩn đoán đầy đủ và tìm ra phác đồ điều trị phù hợp nhất.

4. Lời khuyên thầy thuốc

Để kiểm soát tốt tình trạng bệnh, cần chú ý đến việc nghỉ ngơi có thể làm giảm bớt mệt mỏi, hạn chế nguy cơ dẫn đến tăng huyết áp phổi; Tập thể dục vừa phải như đi bộ rất có lợi cho sức khỏe. Bác sĩ có thể giúp bạn lên kế hoạch tập thể dục thích hợp.

Nếu hút thuốc, phải ngưng ngay để bảo vệ tim, phổi. Ngoài ra cũng nên tránh khói thuốc lá nếu có thể; cần tránh du lịch hoặc sinh sống ở nơi cao vì ở nơi cao làm tăng áp lực lên mạch máu và có thể làm nghiêm trọng thêm các triệu chứng của tăng huyết áp động mạch phổi.

Hãy dành ít nhất 30 phút mỗi ngày làm một hoạt động mà bạn thấy thoải mái như yoga, thiền, đọc sách hay trồng cây. Một số người bị tăng huyết áp phổi giảm đáng kể triệu chứng và cuộc sống của họ được cải thiện sau khi giảm stress.

Thực hiện chế độ ăn uống dinh dưỡng và giữ thân hình cân đối. Hạn chế lượng muối trong chế độ ăn uống. Hãy nhớ rằng thực phẩm đóng gói thường cần nhiều muối, vì vậy phải kiểm tra kỹ nhãn dán của thực phẩm trước khi mua.

ThS.BS. Nguyễn Thanh Hương

<https://suckhoedoisong.vn/tang-ap-dong-mach-phoi-va-nhung-luu-y-n188036.html>