

Đột quy mùa nắng nóng: Những dấu hiệu cần lưu ý

Có 2 nguyên nhân gây ra tình trạng đột quy, bao gồm: Mạch máu não bị tắc nghẽn khiến dòng máu không thể lưu thông lên não và nuôi dưỡng các tế bào não; Mạch máu não bị vỡ, khối máu tụ thoát ra khỏi lòng mạch và chèn ép, gây thiếu máu nuôi các nhu mô não.

Phần não bị thiếu máu sẽ bị thiếu dưỡng chất và hoại tử, từ đó gây mất chức năng của tế bào não. Những chức năng bị mất sẽ biểu hiện ra bên ngoài thông qua các triệu chứng.

Tình trạng đột quy thường xuyên xảy ra vào mùa hè là do việc kiểm soát các yếu tố nguy cơ kém hơn so với các mùa khác. Các yếu tố nguy cơ này bao gồm: cao huyết áp, đái tháo đường, rối loạn lipid máu, hút thuốc lá, uống rượu,...

Ngoài ra, yếu tố nhiệt độ thay đổi đột ngột cũng dễ dẫn đến tình trạng tăng nhịp tim, tăng huyết áp, mất nước do hoạt động lâu dưới thời tiết nắng nóng,... gây ra đột quy, thiếu máu não ở những người lớn tuổi và người có bệnh lý nền.

1. Nhận biết triệu chứng của đột quy

Các triệu chứng của đột quy được gói gọn trong từ “FAST”. F (Face): có nghĩa là mặt. Dấu hiệu cảnh báo sớm của đột quy sẽ được biểu hiện qua tình trạng mất cân xứng trên mặt của người bệnh, bao gồm: mặt bị lệch, cười lệch, khi ăn đồ ăn, thức uống bị rớt sang 1 bên miệng.

A (Arms): có nghĩa là cánh tay. A được hiểu là vận động 1 bên, khi cầm đồ một bên tay yếu hơn, dễ bị rơi đồ hơn. Để kiểm tra, người bệnh có thể giơ 2 tay ra phía trước mặt để đánh giá xem lực tay có cân bằng hay không.

S (Speak): có nghĩa là ngôn ngữ nói. Nếu giọng nói ngọng bất thường, nói không rõ chữ, nói bị dính chữ thì đây có thể là dấu hiệu cảnh báo đột quy.

T (Time): có nghĩa là thời gian. Khi người bệnh xuất hiện 1 trong 3 triệu chứng trên, người nhà cần hết sức cảnh giác và tranh thủ thời gian đưa người bệnh đến bệnh viện sớm nhất có thể để tiến hành điều trị đột quy.

Làm thế nào để phân biệt đột quy với say nắng: khác với đột quy, say nắng và sốc nhiệt sẽ có các triệu chứng khởi phát. Diễn tiến bệnh của say nắng và sốc nhiệt sẽ thay đổi theo cấp độ.

Khi mới bị say nắng hoặc sốc nhiệt, người bệnh sẽ có biểu hiện toàn thân như đỏ bừng mặt, khát nước, đau đầu, chóng mặt.

Khi bị say nắng hoặc sốc nhiệt ở mức độ nặng, người bệnh mới có các triệu chứng gần giống với đột quy như lú lẫn, nói năng lẫn lộn. Ở giai đoạn muộn bệnh nhân sẽ có triệu chứng lơ mơ, hôn mê, co giật, tụt huyết áp.

Lúc này, người thân cần đưa bệnh nhân đến bệnh viện để sơ cứu kịp thời do bệnh nhân bị sốt nhiệt và vẫn có thể tiếp tục mắc thêm đột quy nếu có sẵn các yếu tố nguy cơ.

2. Sơ cứu người đột quy đúng cách

Biến chứng nặng nhất của đột quy đó là tử vong do vỡ mạch máu não hoặc kích cỡ các khối máu tụ quá lớn, nhồi máu não ác tính, tắc mạch máu lớn khiến tế bào não chết hoặc tế bào não bị phù.

Biến chứng ngưng tim, ngưng thở khi bệnh nhân bị tắc mạch máu ở các vị trí trọng yếu như đột quy ở thân não có trung tâm hô hấp, tuần hoàn.

Một biến chứng khác của đột quy là tàn phế, bệnh nhân bị liệt nửa người, liệt tứ chi hoặc khiếm khuyết vận động, đi lại khó khăn, không thể điều khiển phương tiện giao thông, hoặc không thể nói chuyện.

PGS, TS Mai Duy Tôn, Giám đốc Trung tâm Đột quy, Bệnh viện Bạch Mai cho biết, điều tối quan trọng khi phát hiện người thân có dấu hiệu đột quy là cần hành động nhanh để kịp đến viện trong giờ vàng.

"Tế bào não sẽ chết chỉ trong vài phút nếu không được cấp máu hoặc ô-xy. Đối với đột quy thiếu máu não, khi mạch máu lớn trong não bị tắc, cứ mỗi giây trôi qua có 32.000 tế bào não chết và cứ mỗi phút trôi qua sẽ có 1,9 triệu tế bào não bị chết. Cứ mỗi giờ trôi qua, số tế bào não chết tương ứng mất đi 3,6 năm tuổi thọ của người bình thường (đó là trong trường hợp người bệnh may mắn sống sót)", bác sĩ Tôn cho hay.

Thời gian vàng trong đột quy thiếu máu não là 270 phút nếu sử dụng thuốc tiêu huyết khối làm tan cục máu đông hoặc trong 6-8 giờ lấy huyết khối cơ học trong trường hợp tắc động mạch lớn trong não. Tuy nhiên, nếu người bệnh được điều trị càng sớm trong khoảng thời gian này thì cơ hội phục hồi, ít để lại di chứng càng cao. Ngược lại, nếu điều trị càng muộn trong “cửa sổ thời gian” này cơ hội phục hồi sẽ thấp đi.

Vì thế, khi phát hiện triệu chứng, người thân nên cho bệnh nhân nằm ở nơi an toàn, tránh những nơi có vật sắc nhọn khi bệnh nhân có biểu hiện co giật. Nên cho bệnh nhân nằm nghiêng để không nuốt ngược nước bọt hoặc đồ ăn vào trong phổi.

Tiến hành sơ cứu cho bệnh nhân trong lúc chờ xe cứu thương nếu bệnh nhân bị ngưng tim.

Mang theo thuốc mà người bệnh đang sử dụng và ghi nhớ mốc thời gian khởi phát triệu chứng của người bệnh. Mốc thời gian khởi phát triệu chứng là yếu tố quyết định để bác sĩ tiến hành điều trị cho bệnh nhân.

Gia đình khi phát hiện triệu chứng bệnh nhân đột quỵ, không nên mặc kệ cho bệnh nhân nằm nghỉ ngơi, chờ cơ thể tự phục hồi, không nên cho bệnh nhân ăn hoặc uống và đặc biệt không nên cho bệnh nhân tự điều khiển phương tiện giao thông đến bệnh viện

Để phòng tránh đột quỵ mùa nắng nóng khuyến cáo, đối với những người có sẵn bệnh lý nền, cần mang theo thuốc điều trị. Khi ra ngoài trời cần mặc các bộ đồ thông thoáng, đội mũ, dùng ô che nắng, uống bù nước.

Đối với những người trẻ, khi tham gia vào các hoạt động thể thao ngoài trời phải chú ý uống bù nước, tránh vận động mạnh vùng đầu cổ đột ngột gây tổn thương mạch máu vùng đầu cổ và không sử dụng chất kích thích làm huyết áp tăng vọt.

Đặc biệt, trong mùa nắng nóng, người dân cũng nên sử dụng điều hòa đúng cách, không nên chỉnh nhiệt độ quá thấp gây ra chênh lệch nhiệt độ quá lớn với bên ngoài.