



Ăn để bỏ đói
TẾ BÀO UNG THƯ
Hết thời
HÓA TRI?

Chuyện kỳ bí về thầy lang Vương
CHỮA UNG THƯ

Đến MEDIC
tầm soát ung thư

NHÀ BÁO HOÀNG HOÀI SƠN:
*Người viết câu chuyện
cảm động về văn hóa sẻ chia*

NSND LÝ HUỲNH:
Hơn 30 năm “chiến đấu”
với... bệnh tiểu đường

BỊ ĐỘT QUY
vì tăng huyết áp



Thực phẩm chức năng

OPTONIC



GIÚP CHO ĐÔI MẮT SÁNG, GIÚP CHO LÀN DA ĐẸP

Sản phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.

Sản phẩm của:
CÔNG TY TNHH TM NGA VIỆT
ĐC: 644/2 Đường 3/2 P.14, Q.10, Tp. HCM

Tiếp thị và phân phối bởi: **AQUA Group**
ĐT tư vấn: 0933 248 096 - 08.6650 3456
GPQC số: 137/2013/XNQC-ATTP



Chịu trách nhiệm xuất bản
Đoàn Minh Tuấn

Chủ biên
D.Sĩ Vũ Thế Quang
Hoàng Hoài Sơn

Sản xuất
Nga Việt TRADE Co., LTD

Đối ngoại
Phạm Đức Mạnh

Đối tác truyền thông
Liên hiệp Khoa học - Dịch vụ
công nghệ & sản xuất - PTC

Khai thác quảng cáo
CAM MEDIA
387 Hai Bà Trưng, lầu 4, Hi Office,
P.8, Q.3, TP.HCM
ĐT: 08.3820 1373
Minh Nhà: 0934 196 891
Thùy Trang: 0908 401 046
Email:
cammedia.com.vn@gmail.com

Trình bày
Vương Phương Anh

Với sự cộng tác của các bác sĩ:
Trần Đình Thanh, Trần Quang
Thuận, Bùi Hạnh Tâm, Lê Quang
Thông. **Các nhà báo:**
Diễm Phương, Nguyễn Phạm,
Nguyễn Thu Hà, Lữ Đức Long,
Hạnh Chi, Ngự Từ Yên...

Nhà xuất bản Thanh Niên
62 Bà Triệu, Hà Nội
ĐT: (84.04) 38229413
FAX: (04) 9.436.024
Email: nxbthanhnien@vnn.vn
Chi nhánh: 70 Nguyễn Đình
Chiều - Q.3, TP.HCM
ĐT: (08) 9305243
Email:
chinhanhxbtn@yahoo.com.vn

Giấy đăng ký KHXB số:
1110 - 2013/CXB/32 - 52/TN
In tại Nhà in Minh Hoàng
In xong và nộp lưu chiểu
quý III năm 2013

Giá bán: 9.800 đồng

Cấy ghép **đầu người** *sắp trở thành hiện thực?*

trang 7

BÁC SĨ TRẦN ĐÌNH THANH, TRƯỞNG KHOA UNG BƯỚU,
BV PHẠM NGỌC THẠCH, TP.HCM:

Khả năng điều trị của ung thư phổi vẫn còn tiên lượng rất xấu

trang 8-9

Ăn để **BỎ ĐÓI** Để **N** **tế bào ung thư**

trang 10-11

âng cao chất lượng điều trị **UNG THƯ**

trang 15

Việc nhỏ nghĩa **lớn**

trang 22-23

1 **C** *tuýp người* không nên uống sữa tươi

trang 32

ĐỖ TRỌNG - HẠ HỒI ĐƠN *Vị thuốc quý, bài thuốc hay*

trang 34

Chẩn bệnh danh tướng thời **TAM QUỐC**

trang 40

Nhà báo Hoàng Hoài Sơn: Người viết câu chuyện cảm

NHẬT LỆ (thực hiện)

Làm báo mười mấy năm, tận tụy với nghề, có những bài báo sắc sảo ở cả lĩnh vực văn hóa và quốc tế, nhà báo Hoàng Hoài Sơn không ngờ rằng có một ngày anh sẽ phải ngừng làm việc để đi chữa bệnh Ung thư (K) phổi.

Mặc dù phải trải qua những giây phút khó khăn nhất của cuộc đời, anh vẫn có một niềm tin mãnh liệt mình sẽ khỏe lại và anh vẫn gắng viết và dịch giữa những cơn đau.

Đang trong quá trình điều trị căn bệnh ung thư, nhiều khi tưởng không dậy đi lại nổi, tỉnh ra, anh lại đau đầu với việc ra ấn phẩm mới cho người bị bệnh K và những bạn đọc quan tâm đến căn bệnh này, giúp họ có được sự lạc quan vượt qua bệnh tật. Anh lên ý tưởng thiết kế trang bìa, logo, mời cộng tác viên viết bài, phụ trách mảng dịch cập nhật những thông tin mới nhất.

Bằng kinh nghiệm chữa trị bệnh ung thư của mình, anh hiểu người bệnh quan tâm đến những gì, họ cần tìm thầy thuốc ở đâu và làm sao giúp họ không suy sụp tinh thần khi chen chúc xếp hàng ở những bệnh viện đông nghẹt người và chịu đựng những cơn đau về thể xác mà khó chia sẻ cùng ai. Và thế là, nhờ gặp được Mạnh Thường Quân, ấn phẩm “K+Sức khỏe” đầu tiên ra đời, anh gọi đó là cuốn sách của văn hóa sẻ chia.

Vì sao anh làm ấn bản “K+ Sức khỏe” dành cho những người quan tâm đến căn bệnh ung thư?

- Tôi vốn là người mắc bệnh K phổi. Gần hai năm nay tôi trải qua hai phác đồ hóa trị liệu, rồi xạ trị liệu nhưng không mấy thành công. Hiện tôi đang điều trị theo “liệu pháp nhắm trúng đích”. Trong khi theo Tây y, tôi cũng thử nhiều cách mà bạn bè mách bảo theo kinh nghiệm dân gian, như uống nắm lim xanh, nhai lá cây lược vàng, uống nha đam xay với mật ong... rồi



Tác giả Hoàng Hoài Sơn sinh năm 1960 tại Hà Nội. Tốt nghiệp đại học Nhân văn tại Moskva (Nga), thạc sĩ Sử học, Lưu trữ học, hiện công tác tại báo Thanh Niên. Từng làm ở Tạp chí Nghề báo, báo Thể thao & Văn hóa. Là tác giả của “**Những chuyện kỳ bí nhất thế giới**” (NXB Thanh Niên, 2010), “**Cuộc sống và bí quyết kinh doanh của những người giàu nhất thế giới**” (NXB Thanh Niên, 2011), tuyển chọn công trình “**Hoàng Châu Ký - Những công trình nghiên cứu đặc sắc nhất về nghệ thuật tuồng**” - NXB Giáo dục 2012, có thơ đăng rải rác trên báo Văn Nghệ, Văn Nghệ TPHCM cùng một số báo khác.

tìm đến vài thầy thuốc Đông y trên tinh thần “phước chủ may thầy”. Đại loại ai chỉ thứ gì hay với hy vọng chữa lành bệnh, dù ít, dù nhiều tôi cũng thử hết.

Với quãng thời gian đầy khó khăn, cam go tôi trải qua, ít nhiều bằng trải nghiệm thực tế, tôi hiểu và nhận diện tốt hơn những cách thức phòng chống, chữa trị bệnh K tại VN, cũng như trên thế giới. Tôi cũng lắng nghe và học hỏi nhiều điều từ những người đồng cảnh ngộ, biết được những câu chuyện người ung thư trong hoàn cảnh “có bệnh thì vái tứ phương” mà thoát khỏi lưới hái của tử thần một cách kỳ diệu, “không thể tin nổi”. Tôi muốn thực hiện một ấn phẩm y học, nhằm giúp người bệnh K nói riêng và bạn đọc nói chung nắm thêm các thông tin về cách phòng

chống, chữa trị căn bệnh hiểm nghèo này.

Việc ra ấn bản trong thời gian này là cực kỳ khó khăn, ngay cả các “đại gia” xuất bản và truyền thông còn bó tay, anh có sợ bị lỗ vốn hoặc khó phát hành sách? Hay ít ra, sợ sức khỏe không đảm bảo?

- Với giá giấy cao, công in cao như hiện nay, việc in ấn nếu không tính toán kỹ chắc chắn sẽ bị lỗ. Phát hành đương nhiên là khó, vì mình không có kinh phí để quảng cáo, in poster như cách làm thông thường của các đơn vị báo chí. Nhưng tôi tin nếu nội dung thực sự thiết thực, hữu ích, bạn đọc sẽ ủng hộ. Ngoài ra, theo tôi, làm sách có thể bị lỗ, nhưng ít ra ấn phẩm có thể giúp cho một, hai người phòng tránh hay

động về văn hóa sẻ chia^(*)

vượt qua bệnh K cũng như những bệnh nan y khác thì đã gọi là thành công rồi, bởi tiền không mua được cuộc sống.

Có những người bệnh may mắn được cứu sống, do nhiều nguyên nhân, vậy theo anh, điều quan trọng nhất đối với người bị bệnh K là gì?

- Với bệnh nhân K, thường có bốn yếu tố quan trọng trong điều trị: Tuân thủ tuyệt đối phác đồ điều trị mà bác sĩ (Tây y), thầy thuốc (Đông y) đặt ra; có chế độ dinh dưỡng hợp lý; tập luyện thể dục thể thao hợp lý và sống lạc quan, vị tha. Người có kinh nghiệm nói: Riêng lạc quan đã giúp 50% cơ hội sống cho bệnh nhân K.

Như anh nói, có bệnh thì vái tứ phương, trong quá trình điều trị, anh nhận thấy người bệnh lẫn thân nhân của họ thường thiếu kiến thức về từng loại bệnh K cụ thể. Cuốn sách của anh có thể mang lại cho họ điều gì?

- K là căn bệnh phức tạp, dường như không có ca nào giống ca nào. Tuy nhiên y học ngày nay với những tiến bộ vượt bậc đã tìm ra các phác đồ để phòng chống, chữa trị các kiểu dạng ung thư. Trong khi đó, nhiều bệnh nhân K ở nước ta, thường thiếu các kiến thức về căn bệnh này. Chẳng hạn, họ chỉ hiểu chung chung là K phổi có 4 giai đoạn, nhưng không hiểu thế nào là giai đoạn 1, giai đoạn 2, hay giai đoạn 3 - 4.

Họ thường chỉ quan tâm hỏi bác sĩ: Tôi còn sống được bao lâu? Nhưng nếu hiểu một giai đoạn có hai phân kỳ như 1A - 1B, rồi 2A - 2B..., tỉ lệ chữa lành bệnh của mỗi giai đoạn ra sao thì sẽ tốt hơn. Hay hóa trị liệu, "liệu pháp nhắm trúng đích" có rất nhiều loại thuốc, nguồn gốc cũng khác nhau (của Mỹ, Ấn Độ, Thụy Sĩ, Australia...) và đương nhiên công dụng cũng khác nhau.

Nhưng thường thì người bệnh ít tìm hiểu mà tin tưởng 100% vào bác sĩ. Điều này là đúng nhưng chưa hẳn đã là tốt. Nếu may mắn gặp một bác sĩ giỏi, nhiều kinh nghiệm thì không nói làm gì, còn ngược lại có thể hiệu quả điều trị sẽ không cao... Hay đơn giản hơn, với bệnh nhân K, trước mỗi lần hóa trị, phải thử máu. Thử máu này không phải để đo đường huyết, nên bệnh nhân có thể ăn sáng bình thường. Nhưng nhiều người không biết, họ nhịn đói suốt, rất ảnh hưởng đến sức khỏe.

Còn nhiều vấn đề cần đề cập mà tôi khó có thể trả lời trong câu hỏi khá hay này. Vì thế, trong ấn phẩm của mình, tôi muốn đưa ra những kiến thức không chỉ trong chữa trị mà cả phòng chống bệnh K cũng như các bệnh nan y khác một cách dễ hiểu và rõ ràng nhất đối với độc giả. Ví dụ: Hiện nước ta đã có vaccine phòng chống ung thư tử cung cho phụ nữ. Chỉ cần tiêm vaccine là có thể yên tâm sẽ không mắc căn bệnh quái ác này, nhưng tôi tin rất nhiều chị em không hề biết đến thông tin vưa nêu.

Người ta có một ekip làm sách, vậy một mình anh làm sao xoay xở bài vở cho cả một ấn bản gồm 48 trang? Anh cập nhật những thông tin mới nhất ở nguồn nào?

- Đôi khi phải tự tạo áp lực cho mình thì mới làm được. Khi nghe tin tôi thực hiện cuốn sách này, nhiều bạn bè đã góp ý giúp. Có một vài người bạn viết bài giúp, rồi họ sưu tầm thông tin hữu ích gửi cho tôi tham khảo. Về cá nhân, hàng ngày có thời gian thì tôi truy cập Internet, xem các trang tin y học của nước ngoài, nếu có tin, bài hữu ích thì mình dịch, hoặc liên lạc với các bác sĩ chuyên ngành, phỏng vấn họ qua email về các đề mà bạn đọc quan tâm. Tôi hy vọng "K+ Sức khỏe" sẽ là địa

chỉ để các thầy thuốc, bệnh nhân K cũng như bệnh nhân các lĩnh vực khác chia sẻ các bài viết về kinh nghiệm phòng, chống, chữa trị bệnh. Tôi cho đây chính là nguồn tin, bài thiết thực đối với cộng đồng.

Vào thời điểm khó khăn nhất của cuộc đời này, anh có tin ở những điều kỳ diệu trong cuộc sống?

- Tôi tin rằng, bất cứ ai trong chúng ta đều tin vào điều kỳ diệu nào đó trong cuộc sống. Đặc biệt trong văn hóa tâm linh của người Việt, thì đây là yếu tố hàng đầu.

Từ ngày biết mình mắc bệnh K phổi, anh nhìn cuộc sống có khác trước không?

- Không chỉ với tôi, mà tôi tin những người mắc bệnh K, ở góc độ này hay góc độ khác đều có cái nhìn khác trước. Với tôi, khi biết mình bị bệnh, tâm trạng ban đầu là lo sợ, rồi hoảng loạn. Rồi thời gian qua đi, mình tĩnh tâm hơn, nhìn cuộc sống một cách bình tâm hơn.

Người ta nói, mỗi ngày ta đang sống cũng là mỗi ngày ta tiến gần hơn với cái chết và mỗi con người vẫn phải chuẩn bị cho sự ra đi của mình. Ở ranh giữa hai thế giới, anh nghĩ gì về ý nghĩa cuộc sống?

- Gia đình và chia sẻ. Chỉ khi bạn đối diện với tử thần mới nhận thấy hết tình cảm của gia đình, bè bạn. "K+Sức khỏe" là một ví dụ. Về bản chất đây là *cuốn sách của văn hóa sẻ chia*.

Xin cảm ơn anh. K+SK

^(*) Bài đăng trên báo Lao động cuối tuần số ra ngày 1.8.2013. Chúng tôi cũng xin cảm ơn báo Thanh Niên, Người Lao Động, Phụ Nữ Thủ Đức... đã có tin, bài giới thiệu K+Sức khỏe tới bạn đọc.

CÁC CHUYÊN GIA PHÁP THĂM KHÁM TẠI BỆNH VIỆN VIỆT ĐỨC



Các chuyên gia Pháp thăm khám tại bệnh viện Việt Đức

Từ 10-13.7, bốn chuyên gia phẫu thuật viên là các bác sĩ nội khoa, mạch máu thuộc các trung tâm mạch máu lớn của Pháp đã sang bệnh viện Việt Đức (Hà Nội) thăm khám trực tiếp và tư vấn cho 42 bệnh nhân mắc bệnh mạch máu phức tạp.

Trong thời gian trên, đoàn thực hiện tổng cộng 11 ca phẫu thuật như: 2 ca mổ thay phòng động mạch chủ bụng; 2 ca điều trị suy tĩnh mạch giãn bằng sóng cao tần RF (radio frequency); 1 ca can thiệp nội mạch điều trị phồng động mạch chủ - chậu bằng đặt stentgraft loại chữ Y; 1 bệnh nhân can thiệp tiêm bọt (mousse) điều trị giãn tĩnh mạch chân... Đáng chú ý là các bệnh nhân được can thiệp mạch máu chỉ phải trả chi phí tương đương với những phẫu thuật thông thường.

Ngoài trao đổi cập nhật về chuyên môn về các lĩnh vực điều trị nội, ngoại khoa, can thiệp về các bệnh lý mạch máu, các chuyên gia Pháp còn phối hợp với các bác sĩ tại đây tiến hành can thiệp mạch máu không cần phẫu thuật. Đặc biệt ở mạch máu trung tâm và mạch chủ là phương pháp điều trị khó và rất tiên tiến trên thế giới. Đây là phương pháp mới được áp dụng ở Việt Nam từ đầu năm nay nhưng chưa phổ biến.

BÍCH LA

CẤY GHÉP ĐẦU NGƯỜI SẴP TRỞ THÀNH HIỆN THỰC?

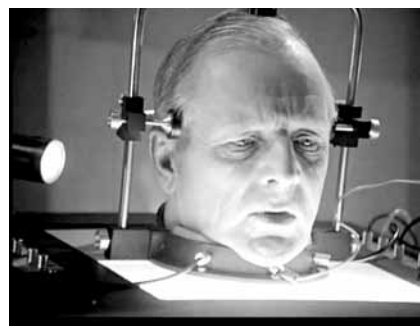
Theo thông tin của QZ.com, nhà giải phẫu thần kinh Y - tiến sĩ Sergio Kanavero, đã tuyên bố trong 2 năm nữa ông có thể ghép đầu người thành công.

Thành tựu của Kanavero dựa trên các thực nghiệm cấy ghép nội tạng của động vật, từng tiến hành vào thập niên 1970. Vấn đề chính hiện nay là các bác sĩ chưa thể kết nối phần tủy sống của người bệnh và người hiến tặng. Kết quả là phần dưới sau khi cấy sẽ bị tê liệt. Tuy thế, theo Kanavero với các tiến bộ y học hiện nay vấn đề này cho phép hy vọng đến một kết quả khả quan.

Để tiến hành phẫu thuật can cả hai người (người cho và người nhận) hiện diện trong quá trình giải phẫu. Chiếc đầu của người ghép cần phải để trong phòng lạnh âm (-) 12 đến - 15 độ. Thân thể được kết nối cùng phải để ở nhiệt độ thấp (lạnh) và trái tim phải ngừng đập. Các nhà giải phẫu học sẽ chỉ có một tiếng để thực hiện ca ghép đầu. Một ca mổ như vậy trị giá ít nhất là 10 triệu USD.

Khi chiếc đầu đã được ghép với phần thân thể, lúc đó sẽ khởi động để trái tim đập lại và tiếp tục liên kết với các cơ quan quan trọng của cơ thể, kể cả phần tủy sống.

Trong quá khứ, một số nhà khoa học đã kết nối được tủy sống ở cấp độ này hay cấp độ khác. Chẳng hạn, các nhà khoa học của



Việc ghép đầu của giáo sư Dowell trong bộ phim khoa học giả tưởng cùng tên sắp trở thành hiện thực (ảnh: Wikipedia)

Đại học Case Western Reserve và bệnh viện Cleveland đã kết nối được tủy sống của hai con chuột.

Sergio Kanavero tin rằng nếu tiến hành cấy ghép dưới hạ thân nhiệt sâu sẽ không làm hỏng cấu trúc của não. Bên cạnh đó xây dựng phương pháp sử dụng các loại thuốc có khả năng tạo tái sinh sau khi kết nối các dây thần kinh, thì sức mạnh mà cho đến nay chỉ có Thượng đế nắm giữ sẽ bị khất phục dưới con dao của bác sĩ phẫu thuật.

Dù dự báo lạc quan như vậy, nhiều nhà khoa học cho rằng phải 10 năm nữa y học thế giới mới có thể ghép đầu thành công.

NGŨ TỬ YẾN

BỆNH VIỆN NHÂN DÂN GIA ĐỊNH KHÁM BỆNH TỪ THIỆN "ĐỀN ƠN ĐÁP NGHĨA"

Ngày 21.7 vừa qua, Hội Cựu chiến binh bệnh viện Nhân dân Gia Định phối hợp cùng công ty Roussel tổ chức khám bệnh, phát thuốc miễn phí, phát quà (tổng số tiền khoảng 50 triệu đồng) cho 300 người thuộc các gia đình diện chính sách ở xã Long Hòa, huyện Cần Giuộc, TP.HCM. Đây là một trong những hoạt động "đền ơn đáp nghĩa" mà bệnh viện tổ chức nhân kỷ niệm Ngày Thương binh liệt sĩ 27.7.

Đoàn khám bệnh bắt đầu làm việc từ 8 giờ và kết vào lúc 12 giờ trưa ngày 21.7. Hầu hết những người đến khám đều là thương binh nên việc đi lại khá khó khăn, có các bác thương binh cụt 2 chân phải đi bằng ghế nhựa. Họ được điều dưỡng, bác sĩ giúp đỡ vào bàn khám bệnh chu đáo tận tình. Trong dịp này, tổ truyền thông của bệnh

viện còn kết hợp khám chữa bệnh cùng với việc hướng dẫn người dân rửa tay đúng cách cũng như truyền thông về lợi ích của việc rửa tay trong công tác phòng ngừa dịch bệnh.

NGUYỄN HÀN



Một thương binh tại buổi khám từ thiện

DAO THÔNG MINH PHÁT HIỆN UNG THƯ TRONG VÀI GIÂY

Các nhà khoa học tại trường Imperial College, London, Anh, vừa thiết kế và đưa vào thử nghiệm loại dao phẫu thuật thông minh, phát hiện được tế bào ung thư bệnh nhân ngay trong lúc mổ chưa tới 3 giây. Trong khi đó, các phương pháp xác định ung thư hiện nay phải mất đến 30 phút.

Dao phẫu thuật thông minh này gọi là iKnife, có thể ngay lập tức tìm thấy các tế bào ung thư và phân biệt chúng với các tế bào khỏe mạnh, giúp loại bỏ khối u.

Dao iKnife dùng phương pháp phẫu thuật điện tử, sử dụng tia lửa điện để đốt cháy các mô tế bào, trong quá trình đốt mô, iKnife sẽ phân tích các luồng khói bốc ra để xác định xem các tế bào trong khu vực đó có đang bị ung thư hay không. Kết quả sẽ được thông báo ngay sau đó mà không cần phải đem đến phòng xét nghiệm.

"Sau khi kiểm tra trên 91 bệnh nhân, iKnife đưa ra các chẩn đoán thông minh, rất chính xác, đủ tin cậy để bắt đầu được sử dụng rộng rãi tại các phòng điều trị", tạp chí *US Journal Science Translational Medicine* của Mỹ đưa tin.

Hiện gần như không có công nghệ thực hành lâm sàng nào hỗ trợ các bác sĩ phẫu thuật chính xác mô ung thư. Đối với bệnh nhân ung thư, sự không chắc chắn trong quá trình phẫu thuật có thể dẫn đến



Thử nghiệm dao iKnife trên người bệnh

tái phẫu thuật hoặc làm tình hình bệnh lý nghiêm trọng hơn. Vì thế iKnife không chỉ giúp làm tăng tính chính xác của việc chẩn đoán khối u hiện tại, mà còn giúp cải thiện quá trình ra quyết định của các bác sĩ.

Dao phẫu thuật thông minh iKnife được thử nghiệm trên các mẫu mô của 302 bệnh nhân, bao gồm cả những người có khối u trong dạ dày, đại tràng, gan, phổi, vú và não cần cắt bỏ mô khối u và cho kết quả khả quan.

Jeremy Nicholson một trong các nhà khoa học phát minh ra iKnife của Imperial College nói: Dao mổ thông minh này nhanh nhất thì trong vòng một năm nữa mới được thương mại hóa. Giá của nó hiện vào khoảng 230.000 USD. Hy vọng khi sản xuất đại trà, giá sẽ giảm xuống đáng kể.

HA HUYỀN

THUỐC LÀM CHẬM PHÁT TRIỂN CỦA TẾ BÀO UNG THƯ

Mới đây, tiến sĩ Tak Mak (ảnh) - giám đốc Trung tâm nghiên cứu ung thư Margaret, thành phố Toronto, Canada, công bố: Các nhà nghiên cứu của nước này đang phát triển loại thuốc mới có thể làm chậm sự phát triển của các tế bào ung thư.

Ông Mak cho biết nhóm nghiên cứu của ông đang phát triển thuốc CFI-400.945 có tác dụng gây ức chế PLK4, một loại enzyme có vai trò quan trọng trong việc phân chia tế bào, đặc biệt là các tế bào ung thư. Kết quả thí nghiệm trên chuột cho thấy thuốc CFI-400.945 có khả năng ức chế sự phát triển của các loại ung thư: vú, buồng trứng, đại trực tràng, phổi, da, tuyến tụy, tuyến tiền liệt và ung thư não ác tính.



Hiện nhóm nghiên cứu đang chờ Bộ Y tế Canada cho phép để tiến hành thử nghiệm lâm sàng trên người. Tiến sĩ Mak nói: chưa thể hứa hẹn về hiệu quả của loại thuốc mới trong điều trị ung thư, nhưng ông tin đây là phát hiện quan trọng, có khả năng làm tăng hiệu quả chữa trị cho các bệnh nhân ung thư.

CHIỀU LÝ

HỢP CHẤT LIÊN KẾT TIÊU DIỆT CÁC CHỦNG LAO NGUY HIỂM NHẤT

Nhóm các chuyên gia quốc tế dưới sự lãnh đạo của những nhà khoa học thuộc Viện Nghiên cứu Scripps, Viện Y học Howard Hughes thuộc Đại học Stanford và Đại học Y Albert Einstein (Mỹ) đã tìm thấy hợp chất liên kết mới để chữa trị bệnh lao, báo Science Daily đưa tin. Hợp chất này tiêu diệt không chỉ tiêu diệt các vi khuẩn lao thông thường, mà còn cả các chủng lao nguy hiểm nhất, loại không sao chép vi khuẩn đề kháng.



Bệnh lao đang cướp đi sinh mạng 1 triệu người/năm

Khoảng 1/3 dân số thế giới bị nhiễm vi khuẩn lao và điều này thường tiềm ẩn nguy cơ gây bệnh lao. Trung bình bệnh lao mỗi năm làm một triệu người bị chết. Số liệu thống kê cho thấy thực trạng đáng buồn này diễn ra nhiều ở Nga, châu Phi, Trung Quốc và Đông Nam Á, nơi mà ô nhiễm từ đô thị hóa làm suy yếu hệ miễn dịch của con người.

TCA1 mà các nhà khoa học tìm thấy chữa 70.000 hợp chất. Nó ức chế sự hoạt động của màng sinh học và trong vòng ba tuần hợp chất này tiêu diệt 99,9%, vi khuẩn lao bình thường. Nếu kết hợp TCA1 với các chất dùng để điều trị lao như isoniazid hoặc rifampicin có thể tiêu diệt 100% vi khuẩn lao. Bên cạnh đó TCA1 còn có tác dụng với các bệnh nhân lao kháng thuốc và không gây các tác dụng phụ. TCA1 không gây buồn ngủ và ảnh hưởng tới sức đề kháng của bệnh nhân. Trái lại TCA1 còn tăng thêm hiệu quả điều trị cũng như nâng cao sức khỏe của bệnh nhân lao.

TÙY PHONG

BÁC SĨ TRẦN ĐÌNH THANH, TRƯỞNG KHOA UNG BƯỚU, BV Khả năng điều trị nói chung ung thư phổi vẫn còn tiên lượng

HOÀNG HOÀI SƠN (thực hiện)

Trong các căn bệnh K, ung thư phổi là một trong những loại ung thư gặp nhiều nhất và là nguyên nhân gây tử vong hàng đầu ở nam giới. Tìm hiểu và nắm rõ các dạng thức, giai đoạn, tiên lượng chữa trị thành công... của căn bệnh này không chỉ cần thiết cho bệnh nhân và cả người nhà của họ. Chúng tôi có cuộc trao đổi với bác sĩ Trần Đình Thanh, trưởng khoa ung bướu, BV Phạm Ngọc Thạch, TP.HCM, xoay quanh những vấn đề này.

Thưa bác sĩ, ông có thể cho biết các dạng thức của ung thư phổi?

Khi nói ung thư phổi thì các thầy thuốc phân làm 2 loại là: ung thư phổi nguyên phát và ung thư phổi thứ phát.

Trong đó, ung thư phổi thứ phát là bệnh ung thư của một cơ quan nào đó trong cơ thể di căn đến phổi như: ung thư vú di căn phổi, ung thư dạ dày di căn phổi... Ở loại này thầy thuốc phải tìm đúng ổ nguyên phát để có hướng điều trị thích đáng.

Còn ung thư phổi nguyên phát người ta lại chia làm 2 dạng là ung thư phổi (UTP) tế bào nhỏ và UTP không tế bào nhỏ dựa vào kết quả giải phẫu bệnh (mô sinh thiết từ phổi hay hạch...).

Trong các dạng thức mà bác sĩ vừa cho biết, loại nào chiếm tỷ lệ nhiều hơn và khả năng đáp ứng chữa trị như thế nào?

UTP tế bào nhỏ (10-15%) đáp ứng với hóa trị cao, nhưng diễn tiến rất nhanh và dễ tái phát nên việc điều trị loại UTP tế bào nhỏ hay gặp khó khăn.

UTP không tế bào nhỏ (80-85%), khả năng và phương pháp điều trị tùy theo

từng giai đoạn cụ thể. Tuy nhiên do các triệu chứng nghèo nàn của UTP, bệnh diễn tiến âm thầm nên phần lớn bệnh nhân (> 70%) được chẩn đoán vào thời điểm bệnh đã tiến xa nên khả năng điều trị nói chung của UTP vẫn còn tiên lượng rất xấu.

Về phương diện giải phẫu bệnh UTP không tế bào nhỏ gồm ba nhóm lớn là:

UTP loại tuyến (carcinôm tuyến): chiếm đa số khoảng hơn 60% tùy theo địa dư, thường là các tổn thương ở ngoại vi phổi, có khuynh hướng xâm lấn hạch bạch huyết và di căn xa.

UTP tế bào vảy (tế bào gai - carcinôm tế bào gai) có khuynh hướng ở trung tâm phổi.

UTP tế bào lớn (carcinôm tế bào lớn): thường là tổn thương ở ngoại vi phổi và có khuynh hướng xâm lấn hạch bạch huyết và di căn xa, loại này ít gặp hơn so với hai loại trên.

Xin bác sĩ cho biết, ung thư phổi chia làm bao nhiêu giai đoạn?

Tiên lượng chữa trị thành công đối với từng giai đoạn?

UTP tế bào nhỏ chia làm 2 giai đoạn: giai đoạn lan tràn và giai đoạn khu trú.



UTP tế bào nhỏ giai đoạn lan tràn tiên lượng rất xấu, mục đích điều trị là giảm triệu chứng và kéo dài thời gian sống thêm.

UTP tế bào nhỏ giai đoạn khu trú, tiên lượng có khả quan hơn, bệnh nhân được điều trị tích cực hơn, phối hợp hóa trị và xạ trị, một số ít được phẫu thuật. Khả năng điều trị thành công cao hơn nhưng bệnh thường có diễn tiến bất ngờ và hay tái phát.

UTP không tế bào nhỏ được chia làm 4 giai đoạn tùy theo tính chất bướu (T: tumor), hạch (N: node), tình trạng có di căn không (M: metastasis) :

Giai đoạn I: phẫu thuật sau đó theo dõi.

Giai đoạn II: phẫu thuật, sau đó hóa trị hỗ trợ.

Giai đoạn IIIA: phẫu thuật+ hóa trị ± xạ trị, tùy tình huống.

Giai đoạn IIIB: hóa trị+xạ trị, một số có thể phẫu thuật được, sau phẫu thuật

PHẠM NGỌC THẠCH, TP.HCM:

hưng của ung vọng rất xấu

phối hợp hóa trị và xạ trị.

Giai đoạn IV: chỉ hóa trị với mục đích cải thiện chất lượng sống và kéo dài thời gian sống thêm. Một số tình huống có xạ trị để giảm triệu chứng.

Theo thống kê của một tác giả nổi tiếng (Mountain) tần số phát hiện và tỷ lệ sống còn sau 5 năm như sau:

Giai đoạn	Tần số phát hiện %	sống còn sau 5 năm %
IA	10	67
IB		57
IIA	13	34
IIB		22-24
IIIA	22	9-13
IIIB	22	3-7
IV	32	1

Ngoài các phương pháp truyền thống (phẫu thuật, hóa-xạ trị liệu), hiện nay trong điều trị ung thư phổi còn có một số liệu pháp như “nhắm trúng đích”, hay “đặt nano vào khối u”. Bác sĩ có thể cho biết hiệu quả và ưu điểm của các liệu pháp mới này?

Nhắm trúng đích là liệu pháp sinh học dùng các thuốc, các chất tác động tại các đích phân tử tế bào, làm ngăn chặn sự phát triển của khối bướu. Hiện có nhiều loại thuốc nhắm trúng đích khác nhau được dùng trong các bướu khác đã được chấp thuận trong điều trị. Tuy nhiên các thuốc này rất mắc tiền và là liệu pháp ngăn chặn, tranh chấp ức chế với các tín hiệu làm tăng trưởng khối bướu nên thuốc phải dùng liên tục đến khi có độc tính có hại không dung nạp được hay khi bệnh tiến triển lại, do vậy thầy thuốc cần phải cân nhắc trong điều trị.

“Do các triệu chứng nghèo nàn của UTP, bệnh diễn tiến âm thầm nên phần lớn bệnh nhân (> 70%) được chẩn đoán vào thời điểm bệnh đã tiến xa nên khả năng điều trị nói chung của UTP vẫn còn tiền lượng rất xấu”.

Đây là liệu pháp điều trị đang ngày càng phát triển. Lợi ích của các thuốc sinh học này là: Chuyên biệt với đích phân tử tế bào; Không ức chế tủy; Không có độc tính tích lũy; Ít tác dụng phụ hơn so với hóa trị.

Trong UTP các thuốc hiện được chấp thuận sử dụng là:

Bevacizumab (Avastin) phối hợp với hóa trị ở những bệnh nhân UTP không phải tế bào gai, không có tiền căn xuất huyết, bướu không xâm lấn mạch máu.

Cetuximab thuốc truyền tĩnh mạch dùng phối hợp với hóa trị.

Các thuốc ức chế tyrosine kinase trên con đường dẫn truyền của tế bào là các thuốc dạng uống dùng mỗi ngày như: Erlotinib (Tarceva), Gefitinib (Iressa).

Liệu pháp đặt nano vào khối u (thường được Trung Quốc sử dụng) là phương pháp dùng các hạt phóng xạ nhỏ dựa theo kỹ thuật nano, cấy vào khối bướu bằng dụng cụ chuyên biệt, để phá hủy và tiêu diệt khối bướu. Đây là phương pháp điều trị tại chỗ ở những bướu còn khu trú nhỏ mà bệnh nhân không thể phẫu thuật vì lý do các bệnh lý kèm theo hay từ chối phẫu thuật. Kỹ thuật này hiện rất ít được sử dụng tại các nước vì vấn đề hạt phóng xạ trên người bệnh có tác động tới những người xung quanh và chỉ

áp dụng ở bệnh khu trú tại chỗ.

Ngoài ra, trong tương lai gần, liệu có đột phá nào trong điều trị ung thư phổi?

Có đấy, liệu pháp gene và vaccine là hướng phát triển mới đầy hứa hẹn, nhưng vẫn còn trong giai đoạn thử nghiệm.

Nhiều người cho rằng, khi có u (dù to, dù nhỏ) không nên phẫu thuật vì dễ dẫn đến nguy cơ di căn. Đường như một số nhà y học thế giới đang tìm tòi theo hướng này. Ý kiến cá nhân của ông?

Đây là quan điểm cần phải suy nghĩ lại. Nếu không có sự can thiệp của phẫu thuật làm sao có được chẩn đoán mô bệnh học để xác định đó là bướu lành hay bướu ác.

Với kinh nghiệm nhiều năm trong nghề, bác sĩ có thể cho biết các nguyên nhân chính dẫn đến ung thư phổi? Những biểu hiện ban đầu của bệnh, cách phòng chống?

Ngày nay, người ta đã khẳng định thuốc lá là nguyên nhân hàng đầu gây ung thư phổi, tuy nhiên có những người không hút thuốc lá vẫn bị ung thư phổi do người đó sống, hít thở trong môi trường hút thuốc lá (hút thuốc thụ động). Chính vì thế tổ chức thế giới kêu gọi mọi người hãy “ngừng hút thuốc”, ngay cả Lucky Lucke trước đây từng ngâm thuốc lá trên môi (35 năm) bây giờ đã cai thuốc lá và ngâm ngọn cỏ. Tại Việt Nam, Chính phủ đã công bố Luật phòng chống tác hại thuốc lá.

Ngoài nguyên nhân thuốc lá còn có một số nguyên nhân khác như nhiễm tia xạ, nhiễm chất amiăng trong các công nhân hành nghề liên quan tới amiăng...

Biểu hiện ban đầu của UTP rất mơ hồ có thể không có triệu chứng gì, có thể có ho khan, ho ra máu, đau ngực... đó là các triệu chứng liên quan tới hô hấp.

Cách phòng chống hữu hiệu nhất hiện nay là mọi người “HÃY NGỪNG HÚT THUỐC LÁ”.

Xin cảm ơn ông về cuộc trao đổi. K+SK

ĂN để BỎ ĐỔI tế bào ung thư

THANH TRIỀU (dịch)

Bác sĩ William Li có bài nói chuyện về phương thức tiếp cận mang tính đột phá trong y học để chữa trị nhiều bệnh hiểm nghèo, nhất là các loại ung thư thông qua cơ chế tạo mạch máu. Qua đó chúng ta sẽ thấy rõ cơ chế chống tạo mạch máu để bỏ đổi tế bào ung thư như thế nào và giúp chúng ta có thói quen ăn uống lành mạnh hơn. Xin trích dịch cùng độc giả K+Sức khỏe.

Có một cuộc cách mạng về y học đang diễn ra được gọi là angiogenesis, dựa trên quá trình mà cơ thể chúng ta áp dụng để sinh sôi các mạch máu và chính nó sẽ giúp ta chiến thắng một số bệnh trạng đáng sợ nhất của xã hội, kể cả ung thư. Vì sao chúng ta phải quan tâm tới các mạch máu? Vì trong cơ thể một người lớn chứa 60.000 dặm mạch máu. Nếu nối chúng lại, đủ để quấn quanh trái đất hai lần.

Những mạch máu nhỏ nhất được gọi là mao mạch. Mỗi người có 19 tỉ mao mạch trong cơ thể mình và chúng là mạch máu của sự sống. Đáng chú ý là mạch máu có khả năng phát triển thích ứng trong bất kỳ môi trường nào. Ví dụ, trong gan chúng tạo ra các kênh để lọc chất độc cho máu. Trong phổi chúng tạo thành các túi khí để trao đổi khí. Trong mô cơ chúng xoắn ốc để cơ bắp có thể co thắt mà không bị nghẽn lưu thông máu. Còn ở các dây thần kinh chúng chạy dọc như dây điện, để nuôi những dây thần kinh này.

Hầu hết các mạch máu này chúng ta có từ lúc còn trong bụng mẹ. Điều này có nghĩa là khi chúng ta trưởng thành mạch máu thường không sinh sôi thêm. Tuy nhiên, cơ thể con người có khả năng điều chỉnh số lượng mạch máu có mặt tại thời điểm bất kỳ nào. Và khi những mạch máu ấy dư thừa, cơ thể cắt tỉa chúng xuống trở lại như trước đó, bằng cách ứng dụng



Bác sĩ William Li

các chất tự nhiên để ức chế mao mạch. Hoặc khi cơ thể thiếu máu, cơ thể có khả năng làm thêm những mạch máu để trở lại mức bình thường, một mức ngưỡng đã được thiết lập.

Nhưng đối với một số bệnh, hệ thống cơ thể sẽ có những khiếm khuyết, khiến không thể cắt giảm các mạch máu dư. Hoặc không thể sinh sôi thêm đủ mạch máu mới đúng chỗ, đúng lúc cần thiết. Do

vậy sự hình thành các mao mạch bị mất cân bằng và khi đó vô số các bệnh sẽ hình thành. Ví dụ, cơ chế tạo mạch không đủ, sẽ dẫn đến tình trạng vết thương không lành, bệnh nhồi máu cơ tim. Rồi máu tắc không xuống chân, tử vong do đột quy, tổn thương thần kinh. Ngược lại, cơ chế tạo quá nhiều mạch máu cũng sinh ra các bệnh như ung thư, mù mắt, viêm khớp, béo phì, mất trí nhớ. Tổng cộng có hơn

70 chứng bệnh nghiêm trọng, ảnh hưởng tới hơn 1 tỉ người trên thế giới. Thoạt nhìn các bệnh có vẻ khác nhau, nhưng thực sự thì tất cả đều có tình trạng điều tiết mao mạch bất thường, là mẫu số chung. Với kiến thức này, cho phép chúng ta thiết lập khái niệm mới, về phương thức tiếp cận các bệnh này, bằng cách điều tiết sự hình thành các mao mạch.

Bây giờ tôi sẽ tập trung nói về bệnh ung thư. Vì sự tăng trưởng mao mạch là một dấu hiệu chính của tất cả các loại ung thư. Thực tế, ung thư xuất phát từ các vi tổ tế bào (Microscopic tumor), có thể phát triển tới kích cỡ bằng 0,5 mm³, tức là chỉ bằng đầu bút bi. Chúng không lớn lên được vì không có đủ oxy, chất dinh dưỡng do thiếu nguồn cung cấp máu. Trong thực tế, mỗi người cũng đang hình thành các khối ung thư vì mô này mọi lúc trong cơ thể mình. Nghiên cứu khám nghiệm tử thi những người chết vì tai nạn xe hơi cho thấy: khoảng 40% phụ nữ trong độ tuổi từ 40 đến 50 có vi tổ tế bào ung thư trong vú. Khoảng 50% đàn ông ở độ tuổi 50 đến 60 có vi tổ tế bào ung thư tuyến tiền liệt. Và hầu như 100% chúng ta khi đến tuổi 70 đều có vi tổ tế bào ung thư trong tuyến giáp. Nhưng nếu không có nguồn cung cấp máu, hầu hết các tế bào ung thư này sẽ không bao giờ trở nên nguy hiểm cả.

Tiến sĩ Judah Folkman là người hướng dẫn của tôi và là nhà tiên phong trong lĩnh vực điều tiết mao mạch, từng gọi chúng là “ung thư mà không có bệnh”. Cho nên khả năng cân bằng sự hình thành mao mạch của cơ thể khi nó làm việc đúng cách, sẽ ngăn chặn mạch máu nuôi dưỡng ung thư. Đây là một trong những cơ chế phòng vệ quan trọng nhất chống lại ung thư. Bởi, nếu ta ngăn chặn sự hình thành mao mạch, ngăn chặn không cho mạch máu đến được các tế bào ung thư, khối u đơn giản không thể phát triển thêm. Ngược lại, khi tiến trình sinh sôi mao mạch xảy ra, ung thư có thể phát triển theo cấp số nhân, khiến khối ung thư từ trạng thái vô hại trở thành chết người. Tế bào ung thư biến đổi, chúng hình thành khả năng tung ra rất nhiều những chất tạo mạch, thiên về nuôi dưỡng và kích thích các mạch máu

xâm nhập vào khối ung thư, giúp khối u tăng trưởng, có thể xâm lấn vào các mô chung quanh. Rồi chính các mạch máu đang nuôi dưỡng các khối u cho phép các tế bào ung thư thoát vào hệ thống tuần hoàn máu tạo nên sự di căn. Thật là không may, giai đoạn quá trễ này của bệnh ung thư lại là lúc mà phần đông bệnh mới được phát hiện hay chẩn đoán, khi mà hệ thống tạo mạch đã được kích hoạt, còn tế bào ung thư đang phát triển như điên.

“*Ngoài những gì các bác sĩ có thể làm cho bạn, chúng ta cần phải bắt đầu tự hỏi chúng ta có thể làm gì cho chính mình. Chúng ta có thể trao quyền cho chính mình để làm những việc mà các bác sĩ không thể làm cho chúng ta, đó là sử dụng kiến thức và bắt đầu hành động. Và nếu thiên nhiên đã ban cho chúng ta một số manh mối, chúng tôi thiết nghĩ rằng ta có thể có một tương lai mới dựa vào giá trị của việc chúng ta ăn như thế nào. Và những gì chúng ta ăn thực ra là hóa trị của chúng ta ba lần một ngày”.*

Bác sĩ William Li



Ăn cà chua nấu chín 2-3 lần/tuần đã giảm đến 50% nguy cơ phát triển ung thư tuyến tiền liệt

Cho nên, nếu quá trình tạo mạch là điểm biến chuyển để một khối ung thư vô hại trở thành có hại, thì việc quan trọng trong cuộc cách mạng về quá trình tạo mạch là đưa ra cách tiếp cận mới trong việc điều trị bằng cách cắt đứt nguồn cung cấp

máu. Chúng ta gọi nó là liệu pháp chống tạo mạch. Liệu pháp này được tiến hành một cách có chọn lọc, nó nhắm vào các mạch máu đang nuôi dưỡng các khối ung thư. Các mạch máu này cấu tạo một cách rất yếu, do đó, chúng rất dễ bị tổn thương mỗi khi có phương pháp điều trị nhắm vào chúng.

Liệu pháp chống cơ chế tạo mạch có thể áp dụng được cho hàng loạt các bệnh ung thư. Hiện có 12 loại thuốc khác nhau cho 11 loại ung thư khác nhau. Bắt đầu từ năm 2004 trở đi, khi liệu pháp chống tạo mạch đầu tiên được áp dụng, đã có mức cải thiện 70 đến 100% sự sống còn đối với những người bị ung thư thận, đa u tủy, ung thư đại trực tràng và các khối u mô đệm đường tiêu hóa. Nhưng đối với các khối u và các loại ung thư khác, sự cải thiện còn khá khiêm tốn. Vì vậy, tôi tự hỏi: “Tại sao chúng ta không thể làm được tốt hơn?”. Câu trả lời là chúng ta điều trị ung thư đã quá muộn, khi nó hình thành vững chắc và đôi khi nó đã lan hoặc di căn. Là một bác sĩ, tôi biết rằng một khi bệnh tiến triển đến giai đoạn nặng, việc chữa lành sẽ khó khăn, nếu không muốn nói là không thể.

Điều mà thực sự khiến tôi suy nghĩ là chế độ ăn uống chiếm khoảng 30 đến 35% của môi trường gây ra bệnh ung thư. Vậy ta nên suy nghĩ xem thứ gì có thể loại bỏ ra khỏi chế độ ăn uống của mình. Nhưng thật ra, tôi lại chọn hướng hoàn toàn trái ngược: Có thể bổ sung thứ gì vào chế độ ăn uống; thứ gì chống tạo mạch một cách tự nhiên, giúp tăng cường hệ thống phòng vệ của cơ thể để đánh bại những mạch máu đang nuôi dưỡng ung thư? Nói cách khác, chúng ta có thể ăn cho ung thư bị chết đói không? Câu trả lời là có.

Để thử nghiệm, chúng tôi cho vào chất chiết xuất từ quả nho đỏ. Hoạt chất của nó là resveratrol, cũng có trong rượu vang đỏ. Nó ức chế sự hình thành mạch máu bất thường đến 60%. Còn đây là những gì xảy ra khi ta cho vào chiết xuất từ quả dâu tây, chiết xuất đậu nành, chúng ức chế rất mạnh sự hình thành mao mạch. Chúng tôi có một danh sách ngày càng dài thực phẩm và đồ uống chống tạo mạch mà chúng tôi đang quan tâm nghiên cứu. ▶▶

» Nhưng các kết quả như trên là ở trong phòng thí nghiệm. Vậy có bằng chứng nào cho thấy khi người ta ăn một số thức ăn nào đó lại có thể làm giảm sự hình thành mạch máu trong bệnh ung thư? Có, nghiên cứu với 79.000 người đàn ông được theo dõi trong vòng 20 năm, cho thấy rằng những người nào tiêu thụ cà chua nấu chín 2-3 lần/tuần đã giảm đến 50% nguy cơ phát triển ung thư tuyến tiền liệt. Bởi cà chua có nguồn lycopene chống tạo mao mạch cao. Nhưng điều thú vị hơn nữa ở nghiên cứu này là trong những người đàn ông đã phát triển ung thư tuyến tiền liệt, người nào ăn nhiều khẩu phần nước sốt cà chua hơn thực tế đã có ít mao mạch nuôi dưỡng ung thư hơn. Đối với nhiều người trên thế giới, chế độ ăn uống phòng chống ung thư có thể là giải pháp thực tế duy nhất bởi không phải ai cũng có đủ khả năng điều trị ung thư giai đoạn cuối tốn kém này, nhưng tất cả mọi người đều có thể hưởng thụ lợi ích từ một chế độ ăn uống lành mạnh dựa trên cây quả địa phương, theo vụ mùa chuyên chống tạo mạch.

Albert Szent-Gyorgi từng nói rằng, “Khám phá là nhìn thấy những gì tất cả mọi người đã nhìn thấy và nghĩ đến những gì chưa ai nghĩ ra”. Tôi hy vọng tôi đã thuyết phục các bạn rằng, đối với các bệnh như ung thư, béo phì và các bệnh khác, có khả năng ta có một sức mạnh tuyệt vời trong việc tấn công mẫu số chung của chúng: đó là sự hình thành mạch. Và đó là những gì tôi nghĩ rằng thế giới đang cần hiện giờ. **K+sk**

Đến MEDIC tâm

DIỄM PHƯƠNG (Thực hiện)

Tại trung tâm Medic (bệnh viện Hòa Hảo, TP.HCM) từ trước đã có dịch vụ truy tìm bệnh ung thư: Ung thư vú - ung thư tiền liệt tuyến ở giai đoạn sớm. Trong khi nhiều người cho rằng nếu chỉ đi khám tổng quát định kỳ thì rất khó có thể phát hiện bệnh ung thư (ở giai đoạn sớm)... Chúng tôi có cuộc trao đổi với bác sĩ Trần Quang Thuận, trưởng khoa ung bướu, Medic xoay quanh những vấn đề này.



Thưa bác sĩ, khám tổng quát có thể phát hiện sớm bệnh ung thư? Hay nhất thiết phải sử dụng dịch vụ truy tìm bệnh ung thư? Để tiến hành dịch vụ này, người đến khám cần phải làm gì? Sau bao nhiêu thời gian sẽ có kết quả? Tỷ lệ truy tìm thành công là bao nhiêu phần trăm? Giá dịch vụ một người/một lần truy tìm là bao nhiêu?

Khám sức khỏe định kỳ thông thường nhằm phát hiện sớm, giảm thiểu nguy cơ do các loại bệnh mạn tính gây ra. Tùy theo giới, lứa tuổi, điều kiện kinh tế, xã hội của mỗi vùng, dân tộc, quốc gia mà các chuyên gia y tế ở nơi đó có những đề xuất các kế hoạch, phương tiện khám khác nhau cho phù hợp. Khám sức khỏe định kỳ đã bao gồm khám phát hiện sớm bệnh ung thư. Dịch vụ truy tìm bệnh ung thư là cách gọi ăn theo của khám sức khỏe định kỳ, dựa vào tâm lý chung của người dân, khu vực.

Hiện nay trong y khoa chưa có một xét nghiệm nào hoàn hảo, cho độ chính xác 100% (có dương tính giả và âm tính giả), vì vậy các chuyên gia y tế sẽ đề xuất những phương tiện có độ sai lệch và mức chi phí chấp nhận được (có thể sử dụng nhiều phương tiện khác nhau) từ đó tổng hợp nhiều yếu tố lại để đưa ra một kết luận tương đối chính xác. Tuy nhiên, do các yếu tố khách quan, chủ quan mà việc khám, xét nghiệm để xác định bệnh có độ sai biệt, gọi là dương tính giả (xét nghiệm nghi là có bệnh, nhưng thực tế là không có) hoặc âm tính giả (xét nghiệm nghi là không có nhưng thực tế có bệnh).

Với ung thư vú: thường xảy ra ở phụ nữ từ trên 50 tuổi, một số nơi có gia tăng ở lứa tuổi trẻ hơn (từ độ tuổi 40), ít gặp ở tuổi trẻ. Để khám phát hiện sớm ung thư vú, các chuyên gia y tế đề nghị:

+ Khám tuyến vú: (khám lâm sàng, cần nhắc thêm siêu âm): Từ 20-39 tuổi: mỗi 3 năm/lần. Còn từ 40 tuổi trở lên: mỗi năm/lần.

+ Chụp X quang tuyến vú (nhũ ảnh): (dương tính giả và âm tính giả khoảng 10-15%): Từ 40-49 tuổi: có thể cân nhắc chụp mỗi 1-2 năm/lần. Còn từ 50 tuổi trở lên: chụp mỗi 1-2 năm/lần.

+ Chụp MRI tuyến vú (chụp cộng hưởng từ



Chụp MRI diffusion tại Medic

soát ung thư

tuyến vú): (dương tính giả khoảng 40%, âm tính giả khoảng 3-19%): Chỉ đề nghị cho những người có nguy cơ cao vì chi phí đắt.

Với ung thư tiền liệt tuyến: thường xảy ra ở đàn ông từ trên 50 tuổi, có thể gặp ở lứa tuổi trên 40, hiếm gặp ở tuổi trẻ. Khám lâm sàng bằng tay, siêu âm cũng khó phát hiện được sớm bệnh này. Hiện nay chưa có xét nghiệm nào có giá trị cao trong tầm soát. Có thể cân nhắc thử PSA trong huyết thanh (máu) cho đàn ông trên 50 tuổi mỗi 2-4 năm/lần. (dương tính giả khoảng 75%, âm tính giả khoảng 30%).

Tại Medic - Hòa Hào hiện có:

- Khám và siêu âm tuyến vú: giá từ 100-150.000đ

- Chụp X quang tuyến vú (nhũ ảnh): giá từ 200-300.000đ.

- Thử PSA /máu: giá từ 120-180.000đ

Đề nghị gặp bác sĩ cho ý kiến tư vấn và chỉ định khi đi muốn khám, không nên tự ý đi siêu âm, xét nghiệm hay chiếu chụp vì sẽ dễ hoang mang, lo lắng không cần thiết.

Ngoài ra, Medic - Hòa Hào có đầy đủ

các phương tiện tầm soát, chẩn đoán ung thư thường gặp, cho kết quả nhanh nhất (từ vài giờ đến khoảng 24 giờ).

- Các xét nghiệm máu, tế bào, bệnh phẩm.

- Siêu âm: đen, trắng, siêu âm đàn hồi, siêu âm đánh giá mức độ xơ gan (fibroscan)

- Nội soi đại tràng bằng máy nội soi hoặc bằng viên thuốc uống hoặc nội soi ảo bằng máy chụp CT (chụp cắt lớp điện toán, tái tạo lại đại tràng)

- Chụp CT toàn thân hiện đại nhất (với 640 lát/vòng) hạn chế tối đa nhiễm xạ do thời gian chụp cực ngắn có thể phát hiện các di căn của bệnh ung thư, cân nhắc dùng trong truy tìm một số loại ung thư ở nhóm người có nguy cơ cao (cho kết quả dương tính giả hơi cao). Giá từ 2.000.000đ-2.500.000 đ

- Chụp MRI diffusion (chụp cộng hưởng từ khuếch tán) toàn thân rà tìm ung thư di căn. Giá từ 5.000.000 đ -5.500.000 đ

Để khám tầm soát ung thư nên khám bác sĩ chuyên khoa ung bướu để có ý kiến, tư vấn, đề nghị, kết luận chính xác

hơn, vì không có xét nghiệm nào là chính xác tuyệt đối, tỉ lệ dương tính giả và âm tính giả tùy theo mỗi loại xét nghiệm.

Ngoài hai dịch vụ truy tìm bệnh ung thư nêu trên, Medic có dịch vụ truy tìm các bệnh ung thư khác như ung thư phổi, ung thư gan, ung thư đại tràng... hay không? Xin cho biết các thông tin cụ thể.

- Medic - Hòa Hào có đầy đủ các phương tiện tầm soát, chẩn đoán ung thư thường gặp, cho kết quả nhanh nhất (từ vài giờ đến khoảng 24 giờ) như các xét nghiệm máu, tế bào, bệnh phẩm; Siêu âm: đen, trắng, siêu âm đàn hồi, siêu âm đánh giá mức độ xơ gan (fibroscan); Nội soi đại tràng bằng máy nội soi hoặc bằng viên thuốc uống hoặc nội soi ảo bằng máy chụp CT (chụp cắt lớp điện toán, tái tạo lại đại tràng; Chụp CT toàn thân hiện đại nhất (với 640 lát /vòng) hạn chế tối đa nhiễm xạ do thời gian chụp cực ngắn có thể phát hiện các di căn của bệnh ung thư, cân nhắc dùng trong truy tìm một số loại ung thư ở nhóm người có nguy cơ cao (cho kết quả dương tính giả hơi cao). Giá từ 2.000.000 đ-2.500.000đ. Còn chụp MRI diffusion (chụp cộng hưởng từ khuếch tán) toàn thân rà tìm ung thư di căn. Giá từ 5.000.000 đ-5.500.000đ. Ngoài ra, Medic - Hòa Hào có dịch vụ xét nghiệm nhanh, có khoa ung bướu nhận tư vấn khám, điều trị bệnh ung thư.

Để khám tầm soát ung thư đề nghị nên khám bác sĩ chuyên khoa ung bướu để có ý kiến, tư vấn, đề nghị, kết luận chính xác hơn, vì không có xét nghiệm nào là chính xác tuyệt đối, tỉ lệ dương tính giả và âm tính giả tùy theo mỗi loại xét nghiệm. Có thể tham khảo thêm bảng giá trên trang web: <http://medic.com.vn>, hoặc <http://medic.com.vn/NEWS/thuphi2013/TP2013.htm>.

Ngoài Medic hiện nay tại TP.HCM còn có những trung tâm y tế, bệnh viện nào có tầm soát ung thư giai đoạn sớm?

- Hiện nay tại TP.HCM tất cả các bệnh viện, phòng khám đều có tầm soát ung thư.

Xin cảm ơn ông. **K+SK**



Hết thời hóa trị?

HOÀNG MY (phỏng dịch từ TIME, số 29.7.2013)

Thuốc chữa ung thư thông minh với ít biến chứng có thể làm liệu pháp hóa trị đi vào quá khứ?

Từ lâu, hóa trị đã là một trong những vũ khí mạnh của thuốc chống lại bệnh ung thư, giảm con số tử vong chừng 20% tại Mỹ suốt 2 thập niên qua. Nhưng cytotoxins, một loại hóa dược dùng để tiêu diệt các tế bào ung thư phát triển nhanh, cũng giết luôn cả tế bào bình thường, có thể gây ra những hậu quả nghiêm trọng nơi bệnh nhân, với những biến chứng từ nôn mửa đến nhiễm trùng và... chết.

Các nhà nghiên cứu đang thấy dấu hiệu tốt về những cách chữa trị ung thư từ tế bào, nhẹ nhàng hơn, chỉ cần thuốc viên và ít gây biến chứng hơn.

Hóa trị gần hết thời? “Đó là câu hỏi tất cả chúng tôi đang đặt ra”, bác sĩ Martin Tallman, giám đốc điều trị ung thư máu tại Memorial Sloan Kettering Cancer Center, cho biết.

Trong 2 nghiên cứu gần đây đã hé lộ, đối với một số bệnh ung thư máu, câu trả lời có thể mau chóng trở thành “đúng thế”. Các bệnh nhân đã thất bại trong những cách chữa trị hiện thời đang đạt được mức độ sống sót lên đến 83% sau 2 năm trong một loại thuốc mới tên “ibrutinib”, có khả năng ngăn cản tín hiệu giữa các phân tử ung thư với nhau. Nó có thể hủy diệt bất kỳ tế bào ung thư nào trong khi vẫn để lại nguyên tế bào khỏe mạnh.

Phương thức điều trị mới này đang ngày càng mở rộng, kể từ khi loại thuốc chữa ung thư đầu tiên, “imatinib” (Gleevec), được chấp thuận năm 2001

để trị bệnh bạch cầu tủy xương mãn tính CML và U mô đệm đường tiêu hóa (GIST: Gastrointestinal Stromal Tumor). Giờ đây, thay vì “thả bom trái tim” để tiêu diệt tế bào ung thư, đã có hơn 3 tá thuốc “bom thông minh” ngăn cản các tuyến thông tin của các tế bào ung thư. Một số ngăn chặn các tế bào ung thư liên hệ các tế bào khác để có chất nuôi dưỡng, trong khi một số khác, ngăn chặn “angiogenesis”, khả năng mở lộ máu để vùng ung thư phát triển.

Các bệnh nhân GIST, giờ đã có thể tránh hoàn toàn cách chữa hóa trị. Một số bệnh nhân ung thư phổi và ung thư da (melanoma) đã bắt đầu dựa hoàn toàn vào liệu pháp nhắm trúng đích này và một số khác nữa sẽ theo sau.

Trong khi các bệnh nhân ung thư có thể chịu đựng ít hậu chứng trong quá trình chữa trị, các chuyên gia cho rằng họ nên trông đợi những chu kỳ liên hợp các loại thuốc với nhau trong thời gian bị bệnh. Tế bào ung thư có khả năng thay đổi để đề kháng thuốc mới này, bởi thế họ có thể sử dụng một loại “cocktail” thuốc để xử lý vấn đề này, tương tự như thuốc chữa HIV/AIDS.

“Giờ đây, rất nhiều những khái niệm căn bản về ung thư đang bị đặt lại”, bác sĩ Tallman nói. Giải phẫu và hóa trị không biến đi một cách dễ thế, nhưng cuộc cách mạng để đánh đổ vai trò của chúng đang diễn ra. **K+SK**

Để nâng điều trị

BÁC SĨ BÙI HẠNH TÂM

(Bệnh viện Đại học Y dược TP.HCM)

1. CẦN PHẢI TUÂN THỦ ĐIỀU TRỊ

Ung thư được coi là bệnh nan y, chưa có phương pháp chữa khỏi hoàn toàn. Dù vậy, khi được chẩn đoán ung thư, người bệnh nên thay đổi suy nghĩ tích cực theo hướng là sẽ chung sống với một căn bệnh mãn tính như bệnh tim mạch, bệnh phổi...

Chẩn đoán ung thư dễ gây nên gánh nặng tâm lý đeo đẳng suốt cuộc đời còn lại của toàn thể gia đình. Tâm lý sẽ bị ảnh hưởng nặng nề đối với những người kém niềm tin, dễ gây bị quan chấn nản, buông xuôi, bỏ điều trị hoặc dùng thuốc thất thường dẫn đến điều trị thất bại. Vì vậy, vai trò chăm sóc của người thân, nhất là trong điều kiện sống và văn hóa ứng xử của người Việt, là vô cùng quan trọng trong việc thực hiện các y lệnh về thuốc, giúp bệnh nhân dùng thuốc đúng liều, đúng cách, duy trì các hoạt động sống cơ bản, ổn định tâm lý - tình cảm của người bệnh.

Phải dùng thuốc kéo dài và dùng nhiều thuốc phối hợp, bao gồm thuốc điều trị đặc hiệu, thuốc điều trị các triệu chứng, điều trị nâng đỡ, gây cản trở lớn cho việc tuân thủ điều trị. Ngoài ra, các tác dụng không mong muốn của thuốc còn dễ làm cho người bệnh bỏ thuốc hoặc dùng không đều đặn. Việc hướng dẫn cụ thể giúp nhận biết các dấu hiệu báo trước của hiện tượng không dung nạp thuốc, hay tác dụng phụ có thể xảy ra là rất cần thiết. Bệnh nhân hoặc người nhà cần báo cho bác sĩ điều trị kịp thời để có thể thay đổi, điều chỉnh liệu trình cho phù hợp thay vì việc sợ hãi dẫn đến bỏ thuốc. Bên cạnh đó, cần xét đến gánh nặng kinh tế. Đây là yếu tố dẫn đến tâm trạng chán nản, sang chấn tinh thần nặng nề gây ảnh hưởng đến việc tuân thủ điều trị. Tìm hiểu nguyên nhân gây trở

g cao chất lượng ung thư

Người bệnh ung thư thường mắc phải nhiều vấn đề tâm lý như trầm cảm, lo âu, rối loạn giấc ngủ, mê sảng và gặp nhiều phản ứng phụ không tốt. Việc can thiệp tâm lý kịp thời và đưa ra các phương cách hỗ trợ hiệu quả sẽ giúp nâng cao chất lượng đời sống bệnh nhân ung thư.



Sự quan tâm của gia đình, giúp bệnh nhân ung thư hạn chế được gánh nặng tâm lý, điều trị hiệu quả

ngại điều trị xét trong từng hoàn cảnh, từng cá nhân người bệnh là rất quan trọng.

2. ĐIỀU TRỊ HIỆU QUẢ ĐAU TRONG UNG THƯ

Đau đớn gây nên sự đau khổ lớn nhất đối với bệnh nhân và với toàn thể gia đình của người bệnh. Điều trị giảm đau hiệu quả sẽ giúp cải thiện chất lượng cuộc sống trong mọi giai đoạn bệnh giúp cho bệnh nhân hết đau, duy trì được các hoạt động bình thường. Giúp giảm bớt gánh nặng về nhân lực chăm sóc bệnh cũng như kinh tế cho gia đình.

Can thiệp tâm lý và các biện pháp không dùng thuốc như: thiền, yoga, thôi miên, cầu nguyện... rất giúp ích cho việc kiểm soát đau

và có tính chất cá thể, đa dạng, không giống nhau ở các bệnh nhân. Vì vậy, việc tiếp xúc, trò chuyện, thăm khám để hiểu được bệnh nhân đau là bước vô cùng quan trọng có tính quyết định lên việc lựa chọn phương pháp giảm đau thích hợp cho từng giai đoạn bệnh.

Giảm đau trong ung thư, ngoài liều thuốc điều trị đau đều đặn theo giờ, cần phải chú ý đến liều thuốc đột xuất hay gọi là liều thuốc cứu hộ. Liều này cần được tính toán lại sau mỗi ngày để đưa ra liều duy trì phù hợp cho ngày tiếp theo đối với thuốc họ morphin.

Trong điều trị giảm đau, còn phải kể đến nhóm thuốc hỗ trợ trong điều trị giảm đau. Các thuốc này có tác dụng giảm đau, làm

tăng hiệu quả tác dụng thuốc giảm đau và giúp giảm liều của nhóm thuốc giảm đau không steroid và thuốc họ morphin.

Khi dùng thuốc giảm đau bệnh nhân sẽ phải đối mặt với các tác dụng không mong muốn thường gặp: buồn nôn, nôn, loét dạ dày, suy giảm chức năng gan, chức năng thận, chảy máu... Điều trị dự phòng các tác dụng phụ và điều chỉnh thuốc thích hợp là vô cùng quan trọng. Việc này, cần có sự tư vấn của bác sĩ.

3. ĐƯA RA QUYẾT ĐỊNH PHÙ HỢP KHI CẦN

Khi điều trị bệnh mãn tính, tác dụng phụ của thuốc là khó tránh khỏi. Vì vậy, quyết định khi nào tác dụng phụ đó có thể xử trí tại nhà - khi nào cần đến bệnh viện là rất quan trọng.

Điều trị ung thư là điều trị một bệnh mãn tính, không phải lúc nào bệnh nhân cũng cần phải nhập viện. Môi trường gia đình ấm áp, gần gũi, thân thiện, chia sẻ là điều kiện sống tốt nhất cho bệnh nhân, hạn chế được gánh nặng tâm lý bị bệnh, giúp nâng cao hiệu quả điều trị.

Một số triệu chứng có thể được báo trước và có thể điều trị dự phòng được. Triệu chứng gây tác dụng khó chịu và có thể gây đau mà bệnh nhân ung thư phải đối mặt thường xuyên gây khó chịu biểu hiện ở hệ tiêu hóa như: Đau miệng, loét hầu họng, chán ăn, tiêu chảy, táo bón, buồn nôn, nôn ói... Vì vậy cần được điều trị dự phòng cho tác dụng không mong muốn này.

Các tác dụng phụ, tác dụng không mong muốn của phương pháp điều trị cần được đánh giá trong từng trường hợp cụ thể trong tương quan diễn tiến bệnh và sự đáp ứng với điều trị. Nhận biết và đánh giá các tác dụng phụ của việc điều trị cần phải có sự hiểu biết nhất định, việc hợp tác tốt giữa người bệnh, người chăm sóc bệnh và bác sĩ bằng thông tin hai chiều, thường xuyên. Đánh giá đúng vấn đề của bệnh nhân sẽ có chẩn đoán đúng đắn cho từng giai đoạn của quá trình điều trị và đưa ra quyết định điều trị theo dõi tại nhà hay bệnh nhân phải được nhập viện.

Sự quan tâm của gia đình giúp bệnh nhân ung thư hạn chế được gánh nặng tâm lý, điều trị hiệu quả. **K+SK**

Bị đột quỵ vì tăng huyết áp

ANH GIANG

Đột quỵ, (tai biến mạch máu não) xảy ra khi máu cung cấp đến một vùng não bị chặn lại. Kết quả là các tế bào não bị chết đi do không được cung cấp oxy và glucose cần thiết để tồn tại. Nếu không được phát hiện sớm, tổn thương não vĩnh viễn có thể xảy ra.

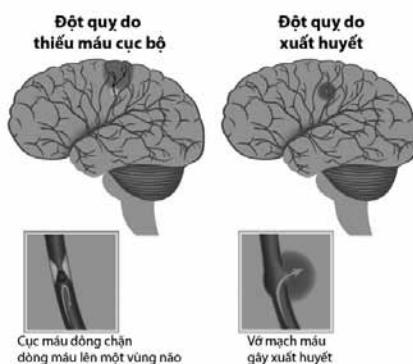
Không kiểm soát được huyết áp cao làm tăng nguy cơ đột quỵ từ 4 đến 6 lần. Theo thời gian, tăng huyết áp dẫn đến xơ vữa động mạch, xơ cứng các động mạch lớn. Điều này, cùng với tăng áp lực mạch máu, có thể dẫn đến tắc nghẽn các mạch máu nhỏ trong não. Huyết áp cao còn có thể dẫn đến sự suy yếu của các mạch máu trong não, làm cho chúng căng lên và có thể bị vỡ ra, gây đột quỵ. Y học chia đột quỵ làm hai loại.

ĐỘT QUỴ DO THIẾU MÁU CỤC BỘ

Tương tự như một cơn đau tim, nhưng nó xảy ra trong các mạch máu của não. Cục máu đông có thể hình thành trong các mạch máu của não, mạch máu dẫn lên não, hoặc thậm chí các mạch máu ở những nơi khác trong cơ thể mà sau đó di chuyển lên não. Cục máu đông ngăn không cho máu chảy đến các tế bào của não. Đột quỵ thiếu máu cục bộ cũng có thể xảy ra khi có quá nhiều mảng bám (mỡ và cholesterol) bịt kín mạch máu của não. Khoảng 80% các ca đột quỵ là đột quỵ do thiếu máu cục bộ.

ĐỘT QUỴ XUẤT HUYẾT

Xảy ra khi một mạch máu trong não bị đứt hoặc vỡ. Kết quả là máu thấm vào các mô não, gây thiệt hại cho các tế bào não. Những nguyên nhân phổ biến nhất của đột quỵ xuất huyết là do huyết áp cao và chứng phình động mạch não do mạch máu



bị yếu và mỏng đi rồi phình to ra.

DẤU HIỆU CỦA ĐỘT QUỴ

Cần gọi cấp cứu ngay lập tức nếu bạn hay người thân có những dấu hiệu hay gặp của bệnh đột quỵ: Đột nhiên bị tê hay yếu ở mặt, cánh tay hoặc chân (đặc biệt là ở một bên của cơ thể); Đột ngột nhìn mờ hay giảm thị lực ở một hoặc cả hai mắt; Bất ngờ không có khả năng di chuyển một phần của cơ thể (liệt); Đột ngột bị chóng mặt hoặc đau đầu và buồn nôn, nôn; Khó nói hoặc hiểu các từ, câu đơn giản; Khó nuốt; Mất thăng bằng, hoặc phối hợp các động tác kém; Mất ý thức chớp nhoáng; Bất ngờ bị nhầm lẫn.

Một cơn thiếu máu não cục bộ tạm thời (TIA), thường được gọi là “cơn đột quỵ nhỏ”, có thể là một cảnh báo về một cơn đột quỵ nguy hiểm sắp xảy ra. Nó thường bao gồm những dấu hiệu và triệu chứng tương tự của đột quỵ, nhưng các triệu chứng chỉ là tạm thời, xảy ra khi lưu lượng máu đến một phần

nhất định của não bị chặn lại trong một thời gian ngắn, thường là 15 phút hoặc ít hơn. Thiếu máu cục bộ tạm thời có thể xảy ra bất cứ nơi nào trong cơ thể từ một vài phút đến vài tháng trước khi một cơn đột quỵ thực sự xảy ra. Cần phải đánh giá đúng mức độ nguy hiểm của cơn thiếu máu cục bộ tạm thời và điều trị sớm để ngăn ngừa cơn đột quỵ thực sự.

PHÒNG NGỪA ĐỘT QUỴ NHƯ THẾ NÀO?

Để ngăn ngừa đột quỵ, việc quan trọng là phải có biện pháp làm giảm huyết áp và cholesterol nếu bị cao huyết áp và cholesterol máu cao, kiểm soát bệnh tiểu đường, không hút thuốc, tập thể dục thường xuyên, và duy trì một trọng lượng khỏe mạnh. Người có nguy cơ đột quỵ và đau tim cũng có thể được điều trị bằng aspirin hoặc các thuốc tương tự để ngăn ngừa cục máu đông hình thành. Một số người có thể cần phải trải qua các thủ thuật để loại bỏ mảng bám động mạch hoặc nong động mạch để cải thiện lưu thông máu.

Đột quỵ là nguyên nhân gây tàn phế hàng đầu, là nguyên nhân đứng hàng thứ ba của cái chết. Song có thể phòng ngừa bằng cách kiểm soát các yếu tố nguy cơ. Đột quỵ có thể điều trị, nhưng bệnh nhân phải được chăm sóc y tế ngay lập tức. Và quan trọng nhất là tất cả mọi người cần phải nhận thức các dấu hiệu và triệu chứng của đột quỵ. **K+S**

Một trường hợp thương tâm

THANH ĐỒNG

Do không có tiền uống thuốc để chữa căn bệnh tiểu đường và cao huyết áp, nên cô Lê Thị Lan, 57 tuổi, nhà ở 4/5B Huỳnh Tấn Phát, huyện Nhà Bè, TP.HCM mất một phần chi dưới, khi bệnh biến chứng.

C hú Nguyễn Đại Sáng, chồng cô Lan buồn rầu kể: “Bà xã tôi bị bệnh tiểu đường, cao huyết áp hơn 3 năm rồi. Do không tiền chữa chạy nên buộc phải sống chung với bệnh, chẳng thuốc men gì. Cách đây 1 năm, bệnh tình khiến mạch máu ở mắt bị vỡ, dẫn đến mờ mắt. 20 ngày trước, bàn chân trái bị nổi mụn nước, cứ ngứa là bệnh ngoài da nên không đi khám. Rồi mụn nước to lên, lúc vỡ ra thì bên trong bàn chân đen thui, lở loét, cơ thể mệt mỏi, không đi lại được. Đến đó tôi mới tức tốc đưa vợ vào Bệnh viện quận 7 cấp cứu, rồi chuyển đến Bệnh viện An Bình. Tại đây, các bác sĩ cho biết bàn chân đã bị hoại tử, ăn lan lên ống chân”.

Sau một thời gian chữa trị tại Khoa Nội tiết, tình hình bệnh của cô Lan càng ngày

càng nặng. Vào lúc 18 giờ ngày 15.7, các bác sĩ ở bệnh viện An Bình quyết định của một phần chi dưới để giữ lại mạng sống cho cô.

Chúng tôi đến thăm, cô Lan vẫn còn rất mệt. Chú Sáng cho biết: “Từ lúc tỉnh dậy cho đến giờ bà khóc hoài. Không khóc, không đau sao được khi đang lành lặn bỗng trở thành người tàn tật”.

Điều vợ chồng cô Lan lo lắng nhất hiện nay là vấn đề viện phí. Từ hôm vào viện đến nay, chú chạy vay mới đóng được 1 triệu đồng. Đưa tờ giấy ghi số tiền phải đi đóng, chú Sáng bảo: “Mấy cô điều dưỡng đưa giấy này đi đóng thêm tiền nhưng chưa có tiền chú ạ”.

Từ ngày bị bệnh, cô Lan chỉ ở nhà nội trợ, chú làm bảo vệ cho Công ty bảo vệ Quang Trung, do lớn tuổi nên lương thấp.

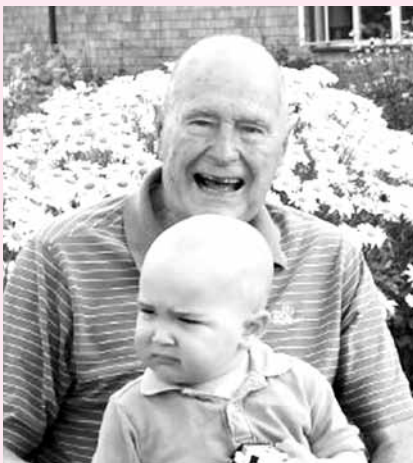


Cô Lê Thị Lan sau khi phẫu thuật bỏ 1 phần chi dưới

Nhà có hai người con, con gái đã đi lấy chồng, người con trai út sinh năm 1992 làm công an ở thị trấn Nhà Bè, lương chỉ gần 2 triệu đồng mỗi tháng nên số tiền viện phí chắc chắn là rất nhiều. Đợt điều trị lần này sẽ là gánh nặng, nỗi lo lớn đối với gia đình chú Sáng, cô Lan.

Mong bạn đọc mở rộng tấm lòng giúp vợ chồng cô Lan vượt qua cơn ngặt nghèo này. **K+SK**

Cựu tổng thống Bush “cha” cạo đầu vì bệnh nhân nhí



Cựu Tổng thống Mỹ, George Bush “cha”, 89 tuổi vừa cạo tóc đầu vào hạ tuần tháng 7.2013.

Trước đó, thư ký báo chí của ông Bush “cha” cho biết, ông cạo tóc đầu để thể hiện tình đoàn kết với em bé bị bệnh bạch cầu. Đứa trẻ này hai tuổi, tên là Patrich, con của một nhân viên thuộc Cơ quan mật vụ Mỹ, bị trượt đầu do trị liệu. Vài nhân viên Cơ quan mật vụ Mỹ, làm việc cho ông Bush “cha” đã cạo đầu để ủng hộ đồng nghiệp của mình - cha của đứa trẻ bị bệnh. Khi thấy điều này, cựu tổng thống cũng quyết định thể hiện tình đoàn kết với cậu bé. Theo thư ký báo chí của Bush “cha”, ông cạo đầu tại dinh thự mùa hè của mình ở bang Maine.

Để giúp đỡ bệnh nhân nhí Patich, người ta còn lập website patrickspals.org.

George Bush “cha” và vợ ông là Barbara, 60 năm trước đây cũng bị mất đứa con trai thứ hai của mình là Robin Bush. Khi đó Robin mới lên 4 tuổi và cũng qua đời vì bị chứng bạch cầu. **K+SK**

HẠ HUYỀN

Bush “cha” và cậu bé Patrich (ảnh: patrickspals.org)

Bệnh võng mạc tiểu đường

ANH GIANG

Võng mạc tiểu đường là bệnh lý mắt phổ biến nhất, thường gặp ở người đã bị bệnh tiểu đường trong một thời gian dài và nó có thể dẫn đến mù lòa.

Bệnh võng mạc có thể ảnh hưởng đến tất cả các bệnh nhân tiểu đường và trở nên đặc biệt nguy hiểm khi không được điều trị. Bởi vậy, bệnh nhân tiểu đường nên khám mắt định kỳ ít nhất mỗi năm/lần để kiểm tra, phát hiện, điều trị sớm căn bệnh này.

Nguyên nhân: Bệnh võng mạc tiểu đường xuất hiện do lượng đường trong máu cao kéo dài gây xuất huyết trong võng mạc, tăng tiết dịch và thậm chí sưng võng mạc. Do không được cung cấp đủ oxy, tại những chỗ võng mạc bị tổn thương có thể tăng sinh những mạch máu mới, gây lồi lõm trên võng mạc, làm giảm thị lực và có thể gây mù lòa.

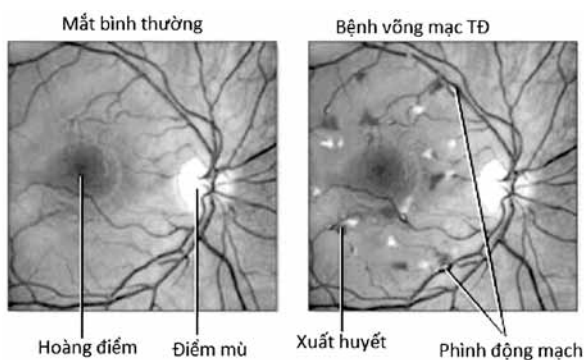
AI CÓ THỂ MẮC BỆNH?

Người kiểm soát đường huyết kém, có protein trong nước tiểu, huyết áp cao, bị mỡ máu cao (triglyceride); hay bị sưng đau hoặc người bị bệnh tiểu đường kéo dài.

BỆNH LÝ VÕNG MẠC DO TIỂU ĐƯỜNG CÓ THỂ BAO GỒM:

Xuất huyết thủy tinh thể: Các mạch máu mới bị xuất huyết, tạo một chất sánh như sữa ong chúa lấp đầy trung tâm của mắt. Nếu xuất huyết ít, người bệnh có thể thấy chỉ có một vài đốm đen hoặc vẩn đục. Còn nặng hơn, máu có thể tràn vào các khoang thủy tinh thể, làm mất hoàn toàn tầm nhìn của người bệnh. Xuất huyết thủy tinh thể thường không gây mất thị lực vĩnh viễn. Màng xuất huyết sẽ tan sau vài tuần hoặc vài tháng. Nếu võng mạc không bị hư hỏng, tầm nhìn của người bệnh có thể trở lại rõ ràng trước đó.

Bong võng mạc: Các mạch máu bất



thường kích thích sự tăng trưởng của mô sẹo, có thể kéo võng mạc ra khỏi phía sau của mắt. Điều này có thể tạo ra những vật trôi nổi trong tầm nhìn của người bệnh, hoặc hiện tượng các chớp sáng xuất hiện hoặc mất thị lực nghiêm trọng.

Tăng nhãn áp: Các mạch máu mới có thể phát triển ở phần phía trước của mắt và cản trở dòng chất lỏng chảy ra khỏi mắt, gây tăng áp lực trong mắt (tăng nhãn áp), có thể làm hỏng các dây thần kinh truyền hình ảnh từ mắt đến não (thần kinh thị giác).

Mù lòa: Cuối cùng, bệnh võng mạc tiểu đường, bệnh tăng nhãn áp hoặc cả hai có thể dẫn đến mất thị lực hoàn toàn.

CÁC CÁCH PHÒNG CHỐNG

Quản lý tốt lượng đường trong máu lâu dài giúp ngăn ngừa và làm giảm nguy cơ phát triển bệnh võng mạc tiểu đường.

Nguy cơ phát triển bệnh võng mạc tiểu đường có thể giảm nếu người bệnh tiểu đường thực hiện các biện pháp phòng ngừa sau:

- Khám mắt định kỳ mỗi năm một lần
- Quản lý bệnh tiểu đường nghiêm

túc bằng thuốc, insulin (loại chất đạm (protein) duy nhất trong cơ thể có tác dụng làm giảm đường huyết), chế độ ăn uống và tập thể dục

- Kiểm tra lượng đường trong máu thường xuyên
- Xét nghiệm ceton trong nước tiểu thường xuyên.

ĐIỀU TRỊ BẰNG LASER VÀ PHẪU THUẬT

Phẫu thuật laser thường được sử dụng trong điều trị các bệnh mắt do tiểu đường, nhưng mỗi giai đoạn của bệnh võng mạc tiểu đường có thể được xử lý bằng các cách khác nhau.

Bệnh lý hoàng điểm thường được điều trị bằng phương pháp laser (dùng tia laser để đốt các vùng nhỏ của võng mạc). Điều này thường không gây đau, không có tác dụng phụ, nhưng có thể ảnh hưởng đến khả năng lái xe ban đêm và tầm nhìn ngoại vi. Phương pháp này không cải thiện thị lực, nhưng nó có thể ngăn chặn sự suy thoái võng mạc. Bệnh võng mạc tăng sinh cũng được điều trị bằng laser, nhưng đốt phân tán trên toàn bộ võng mạc.

Trường hợp bệnh võng mạc tiểu đường nghiêm trọng có thể cần phải phẫu thuật mắt. Chỉ định này được tiến hành khi chẩn đoán có chảy máu trong mắt, giai đoạn cuối của bệnh võng mạc tăng sinh hoặc điều trị bằng laser không hiệu quả. Phẫu thuật bệnh võng mạc tiểu đường này có tên là Vitrectomy (thủ thuật lấy bỏ dịch thủy tinh). **K+sk**

ĐỂ TIỂU ĐƯỜNG KHÔNG CÒN LÀ NỖ LO

Bệnh Tiểu Đường (B.T.Đ) là một bệnh mạn tính phổ biến, có tốc độ gia tăng nhanh nhất hiện nay do rối loạn chuyển hóa carbon hydrat do thiếu insulin hoặc dư các hormone đối kháng insulin hay cả hai yếu tố trên. Đôi khi nguyên nhân còn do khả năng dung nạp glucose của tế bào bị giảm đi do insulin kém gắn kết vào thụ thể trên màng tế bào cho dù insulin trong máu không giảm. Vì vậy, tế bào lâm vào tình trạng “suy dinh dưỡng” do đói glucose dù đường huyết ở mức rất cao. Điều này phần nào lý giải tại sao B.T.Đ có nhiều biến chứng bởi nó ảnh hưởng đến toàn bộ các tế bào trong cơ thể, đặc biệt là những tế bào nhạy cảm như võng mạc, vi mạch...

Thống kê nguyên nhân tử vong của người B.T.Đ cho thấy phần đông là do các biến chứng như đột quỵ, suy thận, nhiễm trùng nặng..., chỉ có một tỉ lệ rất nhỏ tử vong do đường máu tăng quá cao. Thêm vào đó, nhiều người bệnh phải chịu những di chứng suốt đời như cắt cụt chân, mù lòa... mặc dù đã điều trị với nhiều loại tân dược. Ngoài ra,

hầu hết các tân dược dùng cho B.T.Đ ít nhiều đều có tác dụng phụ như hại gan, thận, giữ nước, rối loạn tiêu hóa... và đặc biệt là làm hạ đường huyết đột ngột gây cảm giác khó chịu, nặng hơn là hôn mê.

Đông y xếp B.T.Đ vào chứng tiêu khát, do ngũ tạng tổn thương với cơ chế của bệnh là âm hư táo nhiệt, khí âm lưỡng hư, nên nguyên tắc điều trị cơ bản là thanh nhiệt sinh tân, ích khí dưỡng âm...Đã có nhiều bài thuốc đông y và các thảo dược thiên nhiên chứng tỏ công hiệu trong điều trị B.T.Đ có tác dụng điều hòa đường huyết một cách ổn định, bền vững, ngăn ngừa các biến chứng.

Vì vậy, cùng với sự điều chỉnh thói quen ăn uống, sinh hoạt của người bệnh, sự kết hợp tây y và đông y hay các thảo dược thiên nhiên đang là xu thế được lựa chọn trong điều trị **Bệnh Tiểu Đường**, ổn định đường huyết bền vững, giảm thiểu các biến chứng, hạn chế tác dụng phụ và sự lệ thuộc vào thuốc tây.

● Hoàng Lan

Viên nang Tpcn AQUADIA với các thành phần thảo dược thiên nhiên như Hoàng kỳ, Hoài sơn, Khiếm thực, Nhân sâm, Thiên hoa phấn, Cát căn, Mạch môn đông, Huyền sâm, Ngũ Vị tử, Sinh địa, Cam thảo, Thương truật giúp tăng cường chức năng tuyến tụy, ổn định đường huyết, phòng ngừa các biến chứng của bệnh tiểu đường. Có thể dùng chung với các loại thuốc tây.

DS tư vấn:

Miền Bắc: 04.3791.7085 - 0912.564.388

Miền Nam: 08.6650.3456 - 0933.248.096

Website: www.aquagroup.vn

Sản phẩm có bán tại các nhà thuốc trên toàn quốc.
Sản phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.

GPQC: 683/2012/TNQC-ATTP





NSND LÝ HUỲNH:

Hơn 30 năm “chiến đấu” với... bệnh tiểu đường

Bài và ảnh: LỮ ĐẮC LONG

Từng sở hữu một thân hình tráng kiện, lên võ đài hạ gục hàng chục đấu thủ lừng lẫy trong và ngoài nước với biệt danh Con báo đen Sài thành. Từng nổi tiếng với cú liên hoàn thập bát cước, được báo chí thời Mỹ - Ngụy giật tít: “Người Việt Nam thách đấu với Lý Tiểu Long”. Đó chính là NSND Lý Huỳnh, người mà ít ai biết được hơn 30 năm qua đang phải chống chọi với căn bệnh tiểu đường.

NSND Lý Huỳnh chọn những bài tập nhẹ nhàng thích hợp với tuổi về già

Lý Huỳnh không chỉ nổi tiếng ở lĩnh vực võ thuật, mà ngay từ những năm 1975, khi gia nhập vào điện ảnh Việt Nam, ông còn gây ấn tượng mạnh với hàng triệu khán giả nước nhà. Người xem nhớ ông qua các nhân vật kinh điển trên màn bạc như: ông Hai Cũ, ông Hai Lúa, đại úy Long, trung úy Sâm... Rồi đến khi “sắm vai” vai trò sản xuất, tên của ông cũng luôn được xếp hàng đầu danh sách những nhà làm phim uy tín qua hàng loạt tác phẩm: *Thăng Long đệ nhất kiếm*, *Sơn thần thủy quái*, *Hồng hải tặc*, *Kế hoạch 99...* và *Tây*

son hào kiệt, đầu tư với kinh phí 12 tỉ đồng. Ông một thân một mình, vầy vùng ở ba bốn vị trí khác nhau, từ vai trò tổng đạo diễn, diễn viên, chỉ đạo võ thuật mà làm nên những tác phẩm thu hút sự say mê của hàng triệu khán giả.

Với người có nhiều thành tích, luôn năng động trên nhiều lĩnh vực như thế, dường như nghĩ đến Lý Huỳnh, ai cũng liên tưởng đến một vị võ sư phong độ, khỏe mạnh, ôn hòa. Nhưng ít ai biết, ông từng là khách quen, thậm chí là khách VIP của các bác sĩ, thường xuyên được họ theo dõi bệnh tình.

Căn bệnh tiểu đường quái ác đến với ông khá bất ngờ, chỉ qua một ngày làm phim quần quật, tinh thần mệt mỏi, tay chân rã rời. Đến khi đầu óc quay cuồng với chứng hoa mắt nhức đầu, ông được người nhà đưa vào bệnh viện cấp cứu. Tưởng ông bị quá sức, nhưng khi khám sức khỏe tổng thể, cầm giấy khám bệnh trên tay kèm theo lời dặn của bác sĩ: “Huyết áp cao nhất, trời sập thất thường, chỉ số đường huyết cũng cao, qua khỏi chỉ số cho phép”. Từ ngày ở tuổi 40 ấy, Lý Huỳnh biết mình đang dính với căn bệnh tiểu đường.

Chấn nản, uể oải cũng chẳng ích chi, phải đối diện trực tiếp với “sóng dữ” này. Vậy là ông lên kế hoạch tìm hiểu về căn bệnh. Nó có bao nhiêu tip? Diễn tiến và biến chứng của nó sẽ ảnh hưởng đến lục ngũ phủ tạng như thế nào? Từ tim, gan, phổi, thận... ông đều nghiên cứu cặn kẽ. Ngoài việc tìm hiểu qua bác sĩ, ông còn đọc sách, kết thân với nhiều người bệnh để tự... răn mình.

Kế hoạch đầu tiên là ăn ít chất bột, tức là ăn cơm ít lại, thay vì ba chén thì chỉ nên một, hạn chế nước ngọt, cà phê sữa và kiên quyết nói không với bia rượu... tăng cường ăn rau cải, trái cây loại ít ngọt. Rồi chăm chỉ tập thể dục với các bài quyền thái cực, đi bộ hít thở không khí trong lành.

Kế hoạch thứ hai và theo Lý Huỳnh là để “trường tồn” với căn bệnh quái ác này hơn 30 năm qua là nhờ chế độ tập luyện. Ngày còn trai trẻ, việc đánh quyền anh, đá bao cát đối với ông là “chuyện thường ngày ở huyện”. Biết mình có tuổi, độ dẻo, độ bền, độ sung sức không còn như thuở đôi mươi, ông chọn những bài tập nhẹ nhàng thích hợp với tuổi về già. Ông lập hẳn một nhóm bạn biết quý trọng sức khỏe, thường xuyên tập luyện vào mỗi sáng sớm ở Trung tâm văn hóa Đầm Sen, chùa Gò Đậu, công viên Phú Lâm... Ở đâu có cây xanh bóng mát, có ánh nắng vàng là ông và bà xã cùng nhiều bạn bè thân thiết vừa tập luyện vừa trò chuyện hăng say.

Không chỉ là linh hồn cho phong trào tập thể dục, nâng cao sức khỏe, tăng cường trí lực... ông còn thường xuyên tâm tình cùng các bạn tập trao đổi về tình hình sức khỏe của nhau, ở đâu có bác sĩ giỏi, chỗ nào có thang thuốc nào “linh nghiệm” ông thường giới thiệu cho nhiều người cùng biết, để tăng cường sức khỏe, tránh những rủi ro do thiếu hiểu biết.

Tiếp chúng tôi tại nhà riêng, ở tuổi thất thập, trông ông có yếu đi đôi chút, nhưng tinh thần vẫn minh mẫn, nhớ chính xác từng thời điểm làm phim đầy khó khăn và nhiều kỷ niệm. Ông tâm tình: “Để người bệnh tiểu đường tránh được những sai lầm tai hại, điều trước tiên là mình phải nghiên cứu thật nhiều thông tin về căn bệnh. Nói nôm na: Mình phải là bác sĩ của chính mình, phải nhớ thói quen xấu lẫn thói quen tốt để tránh xa và duy trì”. Có lúc, vì quá tham công tiếc việc, làm quên cả ăn, ngủ, giờ giấc nghỉ ngơi, là y như rằng sau đó ông sẽ phải nhập viện để cầu cứu đến bác sĩ, đây là thói quen tai hại để trả giá cho sự chủ quan của người bệnh”.

Việc ý thức chế độ ăn, tập luyện hợp lý và nhất là tự trang bị cho mình những thiết bị cơ bản như máy đo huyết áp, máy đo đường huyết, có thể ngày đo 2 - 3 lần là chuyện bình thường, có như thế mình mới nắm vững được “con bệnh” đang ngự trị trong

cơ thể mình một cách cụ thể nhất.

Ông cho biết thêm: “Tâm trạng người bệnh cũng dễ bị quan, nên người nhà bệnh nhân đóng vai trò hết sức quan trọng”. Với trường hợp của ông, sự hiểu thảo của các con và nhất là sự chu đáo của bà xã là liều thuốc hoàn hảo nhất. Nhờ có họ mà ông có thể chia sẻ vui buồn, giúp mình có được một tinh thần lạc quan. Việc thuốc thang không phải ngày một ngày hai, mà nó là một “cuộc chiến” trường kỳ, đòi hỏi mình phải có độ bền về ý chí thì mới có thể có được những ngày sống khỏe, sống vui cùng căn bệnh quái ác này.

Ông nói: “Sự cố của cố đạo diễn Lê Hoàng Hoa ra đi khá bất ngờ, khiến nhiều đồng nghiệp ngẩn ngơ, vì không ai nghĩ “ông già” này chỉ té gãy chân thì làm sao mà chết được. Nhưng theo nhiều người kể lại, đó là do sự chủ quan của người nuôi bệnh. Nhất là bác sĩ điều trị cho ông trong giai đoạn thay khớp xương đùi, nhưng lại không chú ý tới căn bệnh tiểu đường đang âm thầm tấn công, đã khiến ông ra đi trong sự uất nghẹn của nhiều người. Theo ông, bệnh tiểu đường ời bệnh, nhưng nó là yếu tố góp phần đưa các biến chứng từ các căn bệnh khác, dẫn đến sự tử vong cho người bệnh mà không phải ai cũng biết”.

Ông từng có đệ tử rất thân tín, làm chủ nhiệm phim tên Minh Tâm. Anh này cơ thể phát tướng khá bất thường, nhưng vì sợ bác sĩ, sợ nhà thương, sợ xui... nên không chịu đi khám định kỳ, lại thêm phần mê công việc không chăm sóc cho bản thân, khi bệnh bất ngờ tái phát, đường máu tăng cao dẫn đến tử vong, nhiều người khóc than thương tiếc, riêng ông vừa buồn vừa giận vì sự chủ quan của anh bạn này. Đây là bài học mà bất kỳ ai khi đã mang bệnh tiểu đường phải mạnh dạn nhìn nhận sự thật, phải dám đối đầu với nó để mà tồn tại. Hiện giờ, ngày hai buổi, ông đều tuân thủ theo chế độ ăn uống, tập luyện nhẹ, nhất là việc đo huyết áp thường xuyên để kiểm tra chặt sức khỏe của mình.

Tôi có đến hai vị ân nhân thân thương là bác sĩ Đặng Văn Phước và Trần Văn Hai. Một người là giáo sư về tim mạch, còn một người là trưởng khoa tiểu đường thường xuyên theo dõi, đưa ra nhiều ý kiến chính xác để giúp mình tự tin chống chọi với căn bệnh. Ngoài ra, cũng còn vài thang thuốc nam gia truyền, giúp mình điều hòa cơ thể... có như thế tôi mới có thể sống vui, sống khỏe với con cháu trong gia đình. **K+S**



Lý Huỳnh (giữa) đang ngồi thiền

VIỆC NHỎ NGHĨA LỚN

ĐẠO SĨ

Trong nhiều năm qua, Liên Hiệp khoa học dịch vụ công nghệ và Sản xuất (PTC) thường xuyên phối hợp với các y bác sĩ của khoa Nội tiết bệnh viện An Bình TP.HCM, đến các vùng sâu, vùng xa khám chữa bệnh cho đồng bào có hoàn cảnh khó khăn.



Đoàn y bác sĩ khám bệnh tại Khanh Phú vào ngày 19.4.2013



Bác sĩ Từ Thị Thu Hà khám bệnh từ thiện tại Củ Chi ngày 2.12.2012

Mới đây nhất, trong hai ngày 10 và 11.8.2013, đoàn đã đến xã Nghĩa Trung, huyện Bù Đăng, tỉnh Bình Phước, khám chữa bệnh và cấp thuốc miễn phí cho khoảng 500 người dân trong xã, với kinh phí khoảng 60 triệu đồng do các nhà hảo tâm và thành viên trong đoàn đóng góp. Việc làm của PTC và các y bác sĩ trong đoàn tuy còn nhỏ đối với nhu cầu của xã hội, nhưng lại có ý nghĩa hết sức lớn trong việc chăm lo sức khỏe cho cộng đồng. **K+ Sức khỏe** trân trọng giới thiệu những hình ảnh hoạt động của đoàn ở tại một số địa phương. **K+S**



Bà con vùng sâu vùng xa luôn tề tựu đông đủ để khám,



Bác sĩ Thy khám bệnh từ thiện tại Tri Tôn ngày 30.9.2012



Bác sĩ Tường khám bệnh từ thiện tại Nam Cát Tiên ngày 2.9.2012



Bác sĩ Ngân khám bệnh từ thiện tại Cù Chi ngày 2.12.2012



Tổ nhận bệnh và đo huyết áp tại điểm Nam Cát Tiên ngày 2.9.2012



chữa bệnh mỗi khi có đoàn y bác sĩ về



Bác sĩ Hà khám bệnh từ thiện tại Đồng Tháp ngày 8.1.2013

Hội chứng ruột kích thích

? Chào bác sĩ, em 25 tuổi, có đi nội soi dạ dày (cũng đã lâu) cho kết quả là viêm dạ dày trào ngược dịch mật. Em tự mua thuốc uống nhưng sau đó không ăn uống kiêng cử và ăn thất thường, nên bệnh vẫn không hết. Em thường ăn uống không ngon miệng, đến bữa không muốn ăn, vì cảm giác đầy bụng khó chịu, kèm theo là đi ngoài, mỗi lần đi rất lâu, khó, phải đi hai ba lần mới xong. Những triệu chứng ngày càng nặng hơn. Xin bác sĩ tư vấn giúp em. Em cảm ơn nhiều.

<dungbuontahoi@...>

! Với các triệu chứng đầy bụng, chán ăn, khó chịu trong bụng và rối loạn đi cầu như bạn mô tả có thể bạn bị hội chứng ruột kích thích (IBS). Triệu chứng bạn mô tả có thể dễ chẩn đoán lầm với bệnh viêm dạ dày và thường được cho đi nội soi dạ dày, sau đó điều trị như bệnh viêm dạ dày! Định nghĩa hội chứng ruột kích thích là tình trạng bao gồm rối loạn chức năng đường ruột với triệu chứng đau bụng hay khó chịu vùng bụng kèm theo sự thay đổi thói quen đi cầu hay hình dạng của phân như lúc lỏng, lúc đặc. Triệu chứng của bệnh có thể xảy ra từng đợt hay liên tục. Bệnh thường xảy ra khi có những rối loạn về tinh thần (lo âu nhiều, gặp chuyện buồn như nhà có người thân mất, mất ngủ, những khó khăn trong cuộc sống, trong công ăn việc làm...), mà những tình trạng này được gọi chung là stress. Hội chứng ruột kích thích có 3 dạng lâm sàng là: thể táo bón với triệu chứng táo bón nổi bật, thể tiêu chảy với triệu chứng tiêu chảy nổi bật và thể kết hợp với triệu chứng táo bón và tiêu chảy xen lẫn nhau. Bạn nên đến khám ở khoa tiêu hóa của các bệnh viện để được chẩn đoán chính xác, và không nên đi soi dạ dày khi chưa có chỉ định của bác sĩ.

BS. Dương Phước Hưng (Giảng viên ĐH Y Dược TP.HCM)

Vì sao ngứa hoại?

? Tôi thường xuyên bị ngứa ở vùng bẹn, mà không thấy có hiện tượng sưng hay đỏ, vùng ngứa rất bình thường. Xin tư vấn giúp cho tôi.

<anhtu@...>

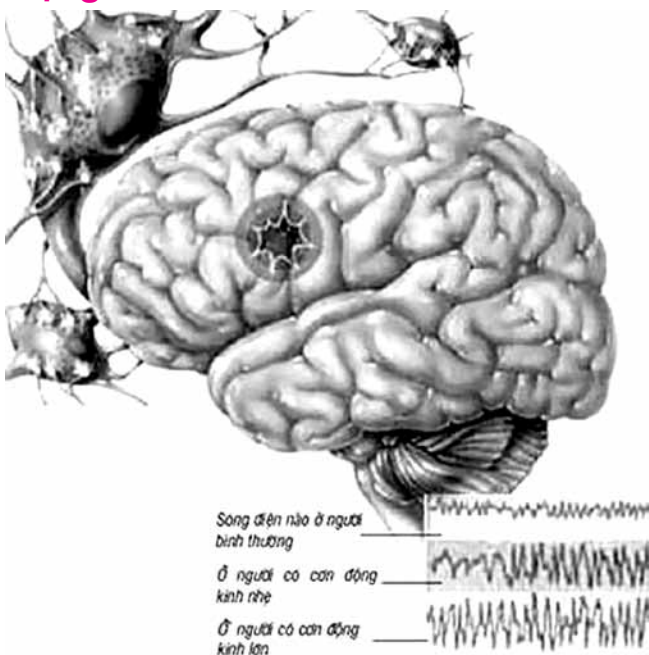
! Các bệnh da gây ngứa vùng bẹn thường là nấm (hắc bào), chàm, ghẻ ngứa, rận mu... và sẽ có các biểu hiện như nổi mẩn đỏ, có mụn nước, tróc vảy ở vùng da bị bệnh... Riêng trường hợp của bạn, thì vùng bẹn bị ngứa nhưng lại không có bất thường gì về da (?!). Vì vậy nguyên nhân gây ngứa cần tìm ở các lý do khác hiếm gặp hơn. Bạn nên mặc quần bằng chất liệu dễ thấm hút mồ hôi, nhẹ thoáng và nên chọn quần lót không bó chặt phần đùi. Việc vệ sinh vùng kín nên được thực hiện



với các sản phẩm chuyên biệt và nhẹ dịu, không nên dùng xà bông và cần lau khô trước khi mặc trang phục. Nếu thấy tình trạng ngứa diễn ra hoài, không thuyên giảm, bạn nên đến bệnh viện có chuyên khoa về da liễu để được kiểm tra, định bệnh.

BS. Võ Thị Bạch Sương (Giảng viên ĐH Y Dược TP.HCM)

Động kinh



? Em gái tôi phát bệnh động kinh cách đây 1 năm. Sau khi bị khoảng 3 lần liên tục trong vòng 5 tháng thì ngừng được 8 tháng; gần đây em bị lại, các lần đều giống nhau (đó là: giật chân tay, mắt trợn, chảy bọt mép). Từ khi sinh ra đã bị bệnh về thần kinh nên em kém phát triển. Xin hỏi: bệnh này có chữa hết được không và chữa ở nơi nào tốt nhất, chi phí có tốn kém lắm không? Mong tư vấn giùm, tôi chân thành cảm ơn.

<nnguyennngocsanh@...>

! Động kinh là một bệnh mạn tính, nên việc điều trị phải lâu dài và liên tục. Có nhiều trường hợp bệnh nhân phải uống thuốc suốt đời và thuốc được phát miễn phí tại các cơ sở y tế nhà nước như trạm tâm thần, bệnh viện tâm thần. Thực tế là không bao giờ hết bệnh được, nếu bệnh nhân uống thuốc đều đặn thì các cơn động kinh có thể không xảy ra hay ít xảy ra. Tại các nước tiên tiến, những bệnh nhân này phải mang theo thuốc uống liên tục, cả những khi đi du lịch hay đi xa, người thân được huấn luyện kỹ lưỡng về cách chăm sóc bệnh nhân để làm sao tránh được tối đa các biến chứng do bệnh động kinh gây nên (như: bong, chấn thương sọ não, gãy xương hay chấn thương phần mềm). Những bệnh nhân này không được điều khiển các phương tiện vận tải hay tự lái xe đi trên đường phố, phải ngồi xa bếp lửa hay những nơi có nguy cơ gây bỏng.

Bệnh thường có yếu tố di truyền và phát triển lâu ngày có thể dẫn đến trì trệ trí tuệ, chậm phát triển tâm thần.

PGS.TS Nguyễn Hoài Nam (ĐH Y Dược TP.HCM)

K+SỨC KHỎE

ẤN PHẨM ĐẶC BIỆT VỀ SỨC KHỎE CHO CỘNG ĐỒNG

| SỐ 02-2013

28 UNG THƯ GAN GIAI ĐOẠN CUỐI:
Giải pháp
lá đu đủ và sả

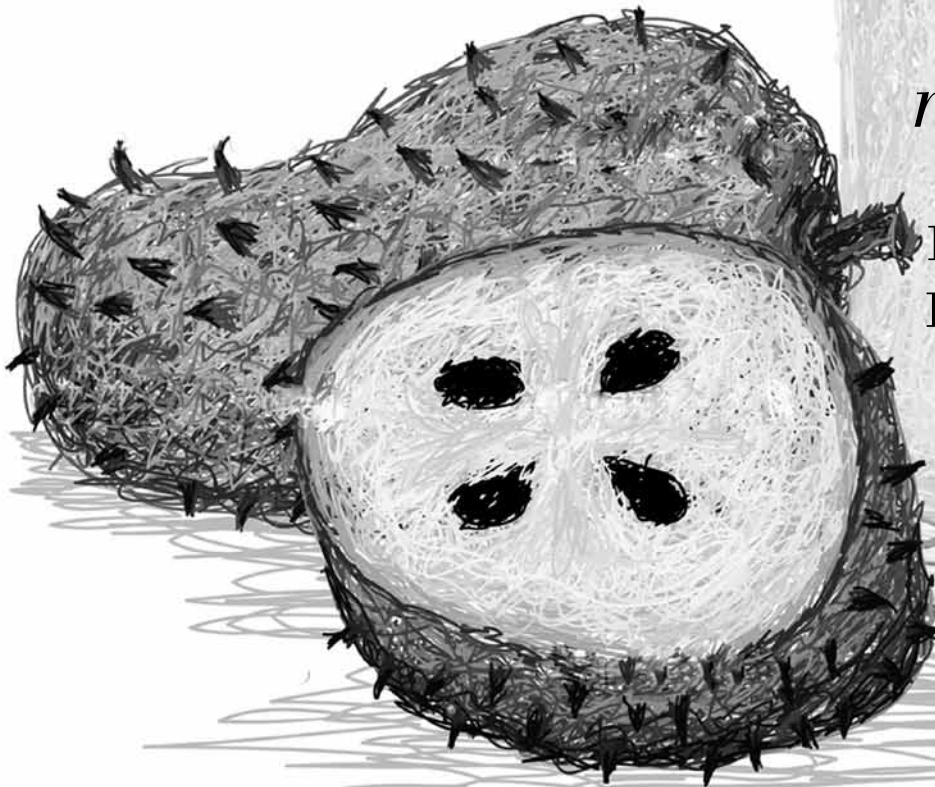
42 *Ngôi thiên*
chữa được
5 bệnh nan y

44 Cải lão hoàn đồng,
ước mơ trong tầm tay

35 Những tác hại của
điện thoại di động

26

*Nước ép
mãng cầu
xiêm
rất thần kỳ
với tôi -
một bệnh
nhân ung
thư hạch*



Nước ép măng cầu xiêm rất thần kỳ với tôi - một bệnh nhân ung thư hạch

Nhà thơ HOÀNG CÁT

Tháng 10.2012, trải qua nhiều lần khám thăm bệnh và làm các xét nghiệm kỹ lưỡng, chẩn trọng bằng các phương pháp và các trang thiết bị y học hiện đại tại nhiều bệnh viện lớn ở Hà Nội, tôi được phát hiện là mắc căn bệnh ung thư ở hạch vùng cổ bên phải.

Lúc ấy, khối u ở cổ tôi rất to, đã bị hoại tử; nó phát triển rất nhanh, to lên trông thấy từng ngày. Tuy nhiên, nói thật lòng, tôi không mất bình tĩnh một chút nào, mà rất điềm nhiên chấp nhận sự thật cay đắng ấy. Bởi, cuộc đời tôi đã quá ư dư thừa đắng cay chua chát từ vật chất đến tinh thần, hầu như cả quãng thanh niên cho đến trung niên - suốt mấy chục năm qua. Vợ chồng tôi chỉ mới được tương đối "dễ thở" kể từ ngày đứa con gái duy nhất của chúng tôi học xong đại học rồi đi làm yên ổn, khoảng 17 năm nay.

Trước tình trạng bệnh rất hiểm nghèo mà lại bộc phát ác tính dữ dội như vậy, tôi buộc lòng phải vào khoa huyết học của bệnh viện Bạch Mai chữa chạy, có tính chất "dập lửa đám cháy" - nghĩa là chữa cấp cứu bằng phương pháp truyền hóa chất. Đây là một phương pháp chữa ung thư hiện đại của Tây y, mà theo tôi, nó hết sức kịp thời, hữu hiệu. Tôi vô cùng biết ơn, hết lòng cảm tạ các giáo sư, bác sĩ, các cán bộ, nhân viên bệnh viện Bạch Mai đã hết lòng cứu chữa cho tôi ngày đó. Tuy nhiên, phương pháp chữa ung thư đơn thuần bằng cách truyền hóa chất lại có những tác dụng phụ khá nặng nề. Cho nên, thay vì theo phác đồ điều trị, với bệnh tình của tôi, lẽ ra phải thực hiện đến 8 đợt truyền thuốc hóa chất qua tĩnh mạch, nhưng tôi đã chủ động xin với bệnh viện thôi, không truyền thuốc hóa chất nữa, sau 5 đợt, tức là rút đi 3 đợt;



Nhà thơ Hoàng Cát (phải),
luôn thành thân yêu đời

để tôi về nhà tự điều trị tiếp bằng nước ép của trái măng cầu xiêm, đồng thời với nước lá của cây này.

Hàng ngày, tôi vắt phần "thịt" của trái măng cầu xiêm bằng cách cho chúng vào một mảnh vải màn tuyền mới, sạch; hai tay rửa thật sạch, chậu nhựa thật sạch - nghĩa là tất cả phải tuyệt đối được khử trùng thật cẩn thận.

Vì ở Hà Nội việc mua quả măng cầu xiêm không dễ như các tỉnh ở phía Nam, nên mỗi lần đi chợ gầm cầu Long Biên, chúng tôi thường mua luôn 10 - 15 kg đem về nhà để nơi thật mát cho đỡ hư thối, rồi vắt dần mỗi ngày. Nhưng nhiều khi chúng chín cả loạt thì phải vắt liền

một lúc, tích vào chai thủy tinh, để tủ lạnh, dùng dần. Lượng nước ép của trái măng cầu xiêm uống hàng ngày chỉ cần xấp xỉ nửa lít thôi, chia làm hai lần, (mỗi lần một cốc chanh), uống lúc tương đối no cho khỏi hại dạ dày, vì nước quả măng cầu xiêm nhiều chất chua.

Theo kinh nghiệm của tôi, nhất thiết phải chịu khó vắt ra nước rồi uống, chứ không nên ăn cả bã. Vì ăn cả bã có hai điều không tốt: Một là, ăn cho đủ khối lượng nước quả để có tác dụng chữa bệnh thì quá nhiều, khó ăn nổi. Hai là, nếu ai đó có thể ăn được nhiều, đến mức đủ nước để chữa bệnh thì chắc chắn phải nuốt vào dạ dày một khối lượng bã chua rất lớn,

hết sức có hại cho dạ dày. Nhân đây, tôi cũng nói cho các bạn biết là không nên dùng máy vắt ép thông thường để vắt ép nước quả mãng cầu xiêm, vì múi của quả này rất quánh, dễ chấy máy ép vô cùng. Bản thân tôi đã phải hỏng mất ba cái máy mới tự rút ra "bài học" mất tiền triệu này!!!

Cùng với việc uống nước mãng cầu xiêm ép, tôi còn nấu nước lá phơi khô của nó uống hằng ngày, thay vì uống nước trà hay nước lọc. Mỗi lần tôi đun một nắm thật to trong cái bình siêu tốc i-nốc, cho nó sôi đi sôi lại ba đến bốn lần. Nước lá có màu đỏ hồng rất đẹp, hơi giống màu cốc bia; vị nó ngai ngái, giòn ngọt pha vị đắng dịu chút ít, rất dễ uống; có thể nói dễ uống hơn nước lá vối.

Cho đến bây giờ, với tinh thần lạc quan, kiên quyết chiến đấu với bệnh tật đến cùng với một tâm thế hết sức thoải mái, không dằn vặt, không lo lắng, không sợ hãi, không sợ chết, thanh thản đến tận tâm can..., sức khỏe của tôi đã và đang trở lại bình thường một cách nhanh chóng. Tôi và một người bạn già nữa, (anh này cũng một lần bị đột quỵ bởi bệnh tim mạch) vừa làm một cuộc "giang hồ vật" suốt hai tuần lễ tại Đà Lạt, Sài Gòn và thành phố Cần Thơ hết sức thú vị.

Tôi mong rằng, bất kỳ ai chẳng may mắc phải căn bệnh ung thư, hãy hết sức điềm nhiên, bình tĩnh, coi cái chết chỉ như là một sự tiếp nối tất yếu của sự sống đã qua của chính mình. Không cuống cuống sợ hãi, không lo lắng thái quá, mà hãy thản nhiên tìm chọn cho mình một phác đồ điều trị kết hợp đông tây y thích đáng nhất với hoàn cảnh và bệnh trạng của mình. Trong đó các bạn nên tìm hiểu kỹ về tác dụng tiêu diệt tế bào ung thư của nước ép trái mãng cầu xiêm gấp 10.000 ngàn lần truyền hóa chất! Tôi xin nhắc lại: 10.000 lần lần!!!

Chính nhờ công dụng kỳ diệu ấy của trái mãng cầu xiêm mà tôi đang có được sự thanh thản tuyệt vời như lúc này đây!!!

Chúc các bệnh nhân ung thư như tôi luôn luôn hiểu biết, luôn luôn tỉnh táo và hành xử với căn bệnh của mình khoa học nhất, hiệu quả nhất! **K+SK**

Hà Nội, 8.2013

Mãng cầu xiêm chữa ung thư

Trong tháng 7.2013 báo *Tiền Phong* và một số website đăng tải thông tin những nghiên cứu về nước ép từ quả mãng cầu xiêm cho thấy đây là thức uống chữa ung thư an toàn, hiệu quả, có sẵn. Nó còn bảo vệ hệ thống miễn dịch, tránh được một số bệnh truyền nhiễm. Những phần khác của cây cũng rất hữu dụng.

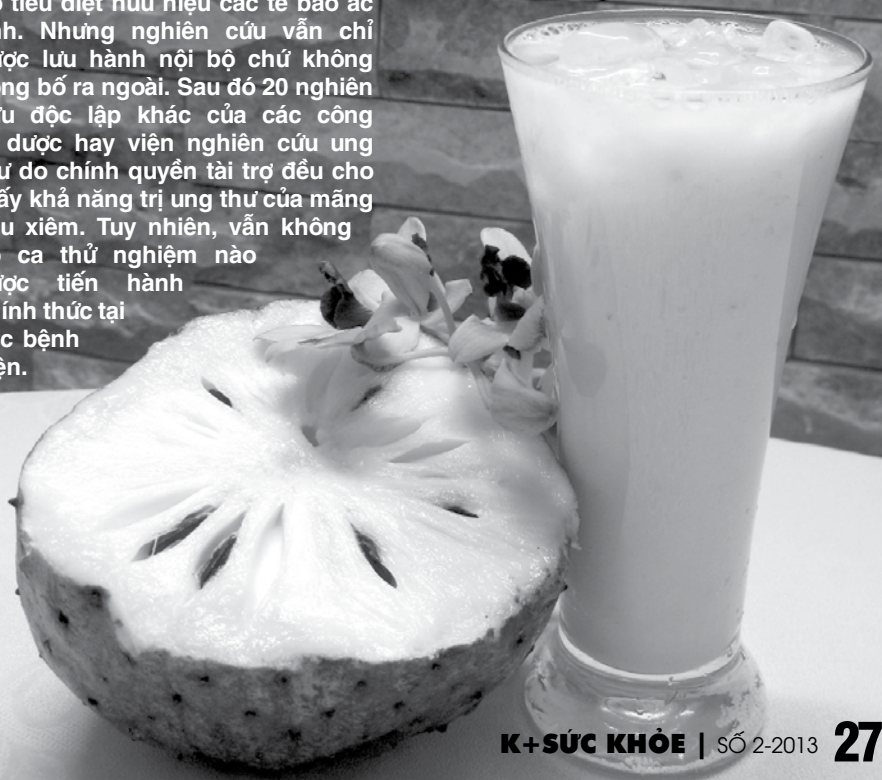
Tại Mỹ, trái mãng cầu xiêm là mục tiêu nghiên cứu của hơn 20 phòng thí nghiệm khoa học từ những năm 1970. Kết quả nghiên cứu về loại quả này còn được đăng trên tờ *Journal of Natural Products* do một trường Đại học ở Hàn Quốc thực hiện. Các nghiên cứu khoa học cho thấy: Nước ép trái mãng cầu xiêm có thể tìm thấy và tiêu diệt các tế bào của 12 loại ung thư như: ruột, vú, tuyến tiền liệt, phổi, ung thư tuyến tụy... Giúp làm chậm sự phát triển của các tế bào ung thư nhanh gấp 10.000 lần so với Adriamycin (một loại dùng trong liệu pháp hóa trị). Nước ép này không hề làm hại gì đến các tế bào khỏe, vì nó có thể tầm soát và tiêu diệt có chọn lọc các tế bào ác tính.

Năm 1976, Viện Ung thư Quốc gia Mỹ tiến hành cuộc nghiên cứu đầu tiên về loại cây mãng cầu xiêm. Kết quả cho thấy, lá và thân của nó tiêu diệt hữu hiệu các tế bào ác tính. Nhưng nghiên cứu vẫn chỉ được lưu hành nội bộ chứ không công bố ra ngoài. Sau đó 20 nghiên cứu độc lập khác của các công ty dược hay viện nghiên cứu ung thư do chính quyền tài trợ đều cho thấy khả năng trị ung thư của mãng cầu xiêm. Tuy nhiên, vẫn không có ca thử nghiệm nào được tiến hành chính thức tại các bệnh viện.

Chỉ đến khi nghiên cứu của Đại học Cơ đốc giáo Hàn Quốc đăng trên tờ *Journal of Natural Products* khẳng định một hóa chất trong mãng cầu xiêm đã tiêu diệt các tế bào ung thư ruột nhanh gấp 10.000 lần hóa chất Adriamycin, mà lại không gây nôn ói, sụt cân, rụng tóc người ta mới vỡ lẽ.

Điều quan trọng là nước ép mãng cầu xiêm không hề làm hại gì cho các tế bào khỏe mạnh và không có tác dụng phụ. Người bệnh thấy mạnh khỏe hơn trong quá trình chữa ung thư và các bệnh khác; năng lượng được tăng cường và sống lạc quan hơn. Một nghiên cứu tại Đại học Purdue University sau đó cũng phát hiện ra lá mãng cầu xiêm có khả năng giết các tế bào ác tính của nhiều loại ung thư khác nhau. Một báo cáo đặc biệt có tên *Beyond Chemotherapy: New Cancer Killers, Safe as Mother's Milk*, do Viện Khoa học Y tế Mỹ công bố về mãng cầu xiêm đã xem loại cây này là "công cụ cách mạng hóa" chống ung thư.

Vì vậy, nếu nhà bạn có vườn rộng và thổ nhưỡng thích hợp, bạn nên trồng một cây mãng cầu xiêm trong sân. Nó sẽ có ích rất nhiều cho bạn và gia đình bạn. **K+SK**
ĐÌNH TOÀN



UNG THƯ GAN GIAI ĐOẠN CUỐI: Giải pháp lá đu đủ và sả

NGUYỄN QUANG TUYẾN

Cách đây hơn hai năm, anh em chúng tôi nhận được hai tin không vui về anh Phùng Văn Bộ, cựu giáo sư từng dạy học ở Đà Lạt, Việt kiều Canada đang gặp phải: Một là hơn nửa triệu USD anh đầu tư về nước bị mất trắng. Hai là anh gặp bệnh nan y: Ung thư gan giai đoạn cuối...



Cựu giáo sư Phùng Văn Bộ (phải) và tác giả bài viết

Sau xét nghiệm cuối cùng về y khoa ở bệnh viện ở Canada. Anh Bộ phải nằm viện mấy tháng, khối u gan trên 04 cm đã được xử dụng kỹ thuật cao chặn đứng sự di căn bằng cách cắt, cô lập các mạch máu nuôi khối u và đưa thuốc vào nội tạng gan để cô lập.

Anh Bộ sinh năm 1933, đã ngoài 80 tuổi, không đủ sức chịu đựng, nên mất

sức nhanh, tóc rụng và đi đứng không nổi. Bệnh viện cũng cho anh hay với tình trạng sức khỏe này anh khó vượt qua nổi 6 tháng. Trước 2009 anh Phùng Văn Bộ, bị ung thư tuyến tiền liệt giai đoạn đầu. Khi đó bệnh viện đề nghị giải phẫu, anh không chịu, cố chịu cảnh “đái rắt” vì thấy mình cũng tuổi già, không nên đựng vào dao kéo làm gì.

Vừa ung thư gan và tiền liệt tuyến (cả hai đều là ung thư nguyên phát), lại được y khoa tiên tiến của Tây y “báo tử”, là anh không đủ sức chịu nổi “xạ trị” và các ca dao kéo.

Vốn là thầy thuốc châm cứu, hiểu rõ y lý Đông phương, hơn nữa cũng sẵn tâm thuận đạo sinh tử lẽ thường, anh Bộ trở về Vĩnh Long, thử chữa theo cách của mình. Dẫu sao, ru mình những ngày cuối đời ở quê nhà vẫn là hạnh phúc!

Anh Phạm Kế Viêm, một giáo sư toán nổi danh, người suốt đời nghiên cứu tử vi, bạn với anh Bộ, gửi thư động viên anh giữa năm 2011: “Cái rủi mất tiền, đầu tư sai chỗ ở Việt Nam của anh biết đâu là “của đi thay người” gánh cho anh cái nạn bệnh nan y này. Anh qua được năm này, tôi tin anh sẽ còn thọ, sẽ tốt”.

Tất cả anh em chúng tôi đều tin rằng anh Viêm chỉ an ủi, còn việc anh Bộ về quê với ung thư gan giai đoạn cuối, tóc rụng, chân run, đi một bước có người dìu đỡ... đưa được thân xác tàn tạ về quê hương những ngày cuối đời đã là điều quý (!!).

Vậy mà hôm 2.4.2013, hay tin anh Phùng Văn Bộ từ Vĩnh Long lên Sài Gòn để về Canada, tôi và anh Nguyễn Văn Diệp đến thăm anh và tôi không thể tin ở mắt mình: Một ông già 81 tuổi chắc nịch, mắt sáng, dáng đi cứng cáp bước lên xuống cầu thang gác đón tôi và anh Diệp như là một “trung niên hán tử”!

- Hai năm qua anh đã chữa trị ung thư bằng cách nào, mà mới ngày nào tôi gặp anh, xin lỗi - tôi nghĩ anh không qua được 6 tháng? Tôi hỏi.

- Bệnh viện Canada nó cho mình bản án báo tử. Mình về quê hương “còn nước còn tát”. Mình chỉ có kiên trì một thứ thuốc đó là: “Nước trà lá đu đủ với sả”, uống thay mọi thức uống. Chỉ có vậy. Mình muốn nói với các bạn, lấy kinh nghiệm bản thân của mình mà nói cho mọi người. Giúp được người nào thì mừng người nấy các bạn à.

Anh Bộ, nhấn mạnh cách chữa trị ung thư của anh như sau :

- Ung thư gan, nội tạng, phổi... đều xử dụng trà lá đu đủ và sả chữa trị được. Nhưng cũng tùy tạng người, có người

chữa dứt, có người được giai đoạn đầu biến chuyển nhanh, nhưng sau đó chậm. Ung thư gan thì tôi thấy biến chuyển rõ rệt. Tôi dùng trà lá đu đủ và sả trong 2 năm, nay đi tái khám và xét nghiệm đã hoàn toàn hết sạch bướu trong gan cũng như sưng phù tuyến tiền liệt. Tôi đã chỉ vẽ nhiều người dưới quê, kết quả rất tốt, nhất là các bệnh ung thư gan, phổi, bao tử, siêu vi B, siêu vi C... Nó là loại trà giải độc, lọc máu số một, không bệnh uống ngừa bệnh cũng rất hay.

Cách chế biến như sau: lá đu đủ xắt tươi phơi khô, sả củ xắt mỏng phơi khô, cả hai thứ trộn lẫn, nấu như nấu nước chè, bỏ vào chai để nguội uống suốt ngày. Tỷ lệ sả trong đu đủ ít thôi, khoảng 1/10 mười sả làm mùi nước thơm dễ uống và nó dẫn chất thuốc rất nhanh. Thời gian đầu, khoảng hai tuần, khi mới uống thì phân và tiểu thải ra có mùi hôi thối nồng nặc. Đó là chất độc đã được trục ra khỏi máu.

Nhìn cách anh Phùng Văn Bộ trình bày, cách anh nói cười diễn đạt tôi không tin vào mắt mình rằng đây là người trước đây hơn một năm, tôi bắt bàn tay lạnh giá của anh với ý nghĩ là lần vĩnh biệt.

Cách đây không lâu tôi vừa nhận được tin bạn tôi, Lê Thiệp, ở Mỹ cũng đang đi vào kiếp nạn ung thư gan giai đoạn cuối. Trong phát biểu trước thân hữu tại lễ kỷ niệm 10 năm *Tủ sách Tiếng quê hương*, bạn Lê Thiệp cho biết thi sĩ Uyên Thao nhờ uống trà lá đu đủ mà thoát khỏi căn bệnh ung thư. Thế thì món thuốc đơn giản này không phải là khám phá mới, nhưng theo anh Bộ khó nhất và cần nhất là kiên trì, kiên trì uống. Chỉ đơn giản có vậy.

Tôi mong bạn tôi Lê Thiệp, Nguyễn Khắc Nhượng cũng được như anh Phùng Văn Bộ, 81 tuổi, nói cười ha hả khoe với tôi và anh Diệp: "Tôi nói các bạn chia vui, khoản ung thư thì nay đã qua khỏi rồi, mà khoản "sức sống" thì nay mình nay hơn 80 mà lạ quá mình cũng còn "rạo rục" lắm lắm mấy bạn ạ". **K+SK**



Lá đu đủ chữa ung thư, chuyện chưa có hồi kết

CHIỀU LÝ

Cũng bàn về lá đu đủ chữa bệnh ung thư, báo *Khoa học & Đời sống* đăng bài viết của tác giả Thúy Nga cho biết GS Nguyễn Xuân Hiền, nguyên Chủ nhiệm Khoa Da liễu, Bệnh viện T.Ư Quân đội 108 công bố hướng dẫn 250 người chữa ung thư bằng lá đu đủ. Kết quả tốt, nhiều bệnh nhân khỏi hoặc bệnh thuyên giảm, kéo dài sự sống.

GS Hiền cho biết, bài thuốc này lại bắt nguồn từ ông Stan Sheldon (người Úc). Năm 1962, ông Sheldon bị ung thư 2 lá phổi sắp chết, may có người thổ dân mách cho uống nước sắc lá đu đủ, sau vài tháng đã khỏi, 10 năm sau không tái phát, 16 bệnh nhân ung thư khác được mách uống nước sắc lá đu đủ cũng đã khỏi.

Theo GS Hiền, khi nhận được bài thuốc, ông áp dụng cho người nhà bị bệnh nhưng do bệnh đã di căn lại không áp dụng triệt để nên không chữa khỏi bệnh. Tuy nhiên, ông vẫn kiên trì theo dõi các bệnh nhân khác. Kết quả trong 2 năm (2005 - 2007), hướng dẫn cho 15 bệnh nhân cho thấy: 4 trường hợp (3 u phổi, 1 chừa trứng) uống được trên 5 - 6 tháng sức khỏe ổn định, lên cân, u thu nhỏ, hết hạch cổ, đỡ ho, đỡ đau; 3 trường hợp bị u phổi khác uống được hơn 2 - 3 tháng thì u nhỏ đi, sức khỏe tốt hơn; 1 trường hợp bị u phổi khác uống được 2 tháng, bệnh tiếp tục tiến triển, đau, ho nhiều; 3 trường hợp chết (1 u phổi, 1 u dạ dày, 1 u gan) chỉ uống chưa được 2 tháng sau đó chuyển thuốc Đông y khác; 1 trường hợp u đại tràng di căn chỉ uống chưa được 2 tháng, kết quả không mấy tiến triển.

Khi được hỏi về tính xác thực của các kết quả ghi nhận những bệnh nhân uống lá đu đủ khỏi bệnh, GS Hiền cho biết, ông đã nghỉ hưu nên không đủ điều kiện nghiên cứu, chứng minh trên lâm sàng. Ông chỉ là người truyền bá bài thuốc để giúp những người bị bệnh "tứ chứng nan y" vượt qua bệnh tật. Các bệnh nhân khỏi bệnh là do họ gọi điện báo cho ông chứ ông cũng không thăm khám hay có các kết quả xét nghiệm từ Tây y.

Dù có nhiều bằng chứng cho thấy lá đu đủ có khả năng chữa được bệnh ung thư, nhưng theo GS Hiền cho tới nay nước sắc lá đu đủ chữa ung thư vẫn chưa được khoa học công nhận, vì thế rất khó biết nó có tác dụng thực sự hay không, nếu có thì ở chừng mực nào và các phản ứng phụ có thể xảy ra. Vì vậy, ông thiết tha mong muốn Viện Đông y, Bệnh viện K, Bộ Y tế... quan tâm nghiên cứu vấn đề này một cách bài bản, khoa học.

Câu chuyện về nước lá đu đủ, cách thức nấu, uống theo nhiều nguồn tài liệu cũng có sự khác nhau. Tự trung vẫn chưa có kết luận cuối cùng mà chủ yếu dựa vào kinh nghiệm dân gian. Chúng tôi sẽ còn trở lại với đề tài trong những ấn phẩm gần đây nhất. **K+SK**



Giáo sư
Nguyễn Xuân Hiền

Phòng chống ho do dị ứng thời tiết ở trẻ

TIỂU KIỂU

Vào những tháng thời tiết giao mùa, mưa nắng thay đổi, nhiệt độ lúc cao lúc thấp, trẻ em thường dễ mắc chứng bệnh ho dị ứng. Không ít bà mẹ chưa hiểu biết về căn bệnh này, nên thường quá lo lắng và chữa không đúng cách khi trên thực tế phòng và chống căn bệnh này khá đơn giản.

Thời gian chuyển mùa từ mùa xuân sang hè hay từ hè sang mùa thu là quãng thời gian thời tiết thất thường, thay đổi liên tục từ nóng sang lạnh rồi từ lạnh sang nóng. Hiện tượng này nhiều khi kéo dài cả tuần lễ. Thậm chí chỉ trong một ngày, lúc mưa, lúc nắng, độ ẩm tăng giảm thất thường khiến người lớn còn mệt mỏi chứ chưa nói đến trẻ em.

Với trẻ em thường là sức đề kháng yếu. Đặc biệt là các trẻ em dưới 3 tuổi, hệ hô hấp còn yếu ớt, sức đề kháng vì thế cũng kém nên rất dễ phản ứng với điều kiện thời tiết thất thường. Một số trẻ quá yếu dễ bị cảm cúm, sốt, nhưng phổ biến ở trẻ thường là mắc chứng ho. Chứng ho này gọi là ho dị ứng do thời tiết.

Khác với ho do viêm phế quản, biểu hiện của ho dị ứng do thời tiết thường ho thành cơn, đàm trong. Trẻ thường ho trước khi đi ngủ hay khi mới thức dậy. Hoặc khi trẻ chuyển tư thế từ ngồi sang nằm hay ngược lại. Một đặc điểm khác là khi trẻ ho dị ứng do thời tiết thì thường không sốt như do ho viêm nhiễm.

Khi trẻ bị ho dị ứng do thời tiết, cách chữa trị đơn giản nhất là vỗ rung vào vùng lưng của bé giúp bé sổ được đàm ra ngoài. Cách vỗ rung khá đơn giản: Để bé nằm, ngồi, hoặc bế bé ngang vai với tư thế đầu hơi dốc xuống. Người mẹ (hoặc cha) khum bàn tay lại rồi vỗ đều vào vùng lưng bé, phần giữa hai bả vai, làm nhịp nhàng liên tục đến khi trẻ ho nhiều và nôn, khạc ra đàm. Lưu ý là động tác vỗ rung nên làm khi trẻ còn đói, chưa ăn gì. Tốt nhất là nên làm vào buổi sáng sớm, khi bé vừa thức dậy.

Với những trẻ không tự khạc được đàm, mẹ có thể kích thích cho bé nôn, có thể bằng cách dùng khăn mỏng sạch lau nhẹ nhàng khoang miệng, lưỡi, kích thích nhẹ vào họng. Ngoài ra, khi bé bị ho do dị ứng thời tiết có thể điều trị bằng si-rô ho long đàm hay thuốc dị ứng, thuốc giảm tiết chảy nước mũi, thuốc giảm mẫn cảm kết hợp si-rô làm dịu ho.

Tuy nhiên, phòng hơn chống, vì thế khi thời tiết thay đổi, giao mùa, các bà mẹ cần phòng chống, giữ gìn cho trẻ nhỏ để tránh bị ho do dị ứng thời tiết. Người mẹ cần chăm sóc vệ sinh mũi họng thường xuyên cho bé. Cho trẻ súc miệng, rửa mũi



Trẻ khỏe mạnh, gia đình mới hạnh phúc

Trẻ cũng có thể ho do cảm lạnh, nhất là vào mùa mưa. Trường hợp bị cảm lạnh, thậm chí bị viêm họng do nhiễm siêu vi. Trường hợp này không cần dùng thuốc trị ho mà chỉ cần chăm sóc đúng cách: giữ ấm, nghỉ ngơi, dinh dưỡng đầy đủ chất, cho uống nhiều nước cam, nước chanh, trẻ có thể tự khỏi sau 1-2 tuần và không ảnh hưởng nhiều đến sức khỏe.

bằng nước muối sinh lý, ăn uống đủ chất.

Khi bé bị ho mà không kèm các dấu hiệu sốt, mệt mỏi, có thể cho trẻ uống thuốc ho long đàm, và cần chú ý xem liệu có phải do trẻ dị ứng với một loại thức ăn nào đó không để loại hẳn khỏi thực đơn của bé trong thời gian đó.

Chủ động chăm sóc cho trẻ, giúp trẻ tránh được ho dị ứng và các bệnh khác khi thời tiết thay đổi là việc cần làm thường xuyên. Chỉ có thể con trẻ mới khỏe mạnh, gia đình mới hạnh phúc. **K+SK**

Cây thuốc trời cho người **BỆNH KHỚP**

BS. LƯƠNG LỄ HOÀNG (TT OXY CAO ÁP)

Tuy không thiếu thuốc hóa chất tổng hợp để điều trị viêm khớp nhưng nếu nghĩ chỉ cần giảm đau đã đủ để trị bệnh khớp, để ngừa di chứng nghiêm trọng như thoái hóa khớp, cứng khớp, biến dạng khớp thì lầm! Thầy thuốc có kinh nghiệm với bệnh khớp đều biết là liệu pháp phải kéo dài nhiều ngày, thậm chí nhiều tuần mới mong có hiệu quả. Điểm éo le khi dùng thuốc hóa chất chính là phản ứng phụ, trước mắt lên đường tiêu hóa, nhất là khi bệnh nhân đã từng viêm loét dạ dày tá tràng. Nhiều trường hợp phải gián đoạn liệu pháp đáng tiếc do bất ngờ đau bao tử đột ngột không thể tiếp tục dùng thuốc trong khi bệnh đang thuyên giảm! Không nói đồng dài cũng hiểu người bệnh khổ đến thế nào trong cảnh đau thấu xương nhưng không thể uống thuốc!

Ngoại trừ trường hợp cấp tính buộc phải dùng thuốc hóa chất, giải pháp hợp lý cho nhiều bệnh nhân chính là trở về với thiên nhiên, trở về với cây thuốc, hay khéo hơn nữa, với bài thuốc bao gồm các dược liệu có tác dụng cộng hưởng để kháng viêm, giảm đau, chống phù nề, ngăn phản ứng xung huyết, ngừa dị ứng đồng thời bảo vệ mặt khớp... Công năng của dược thảo thuộc nhóm "cây thuốc trời cho người bệnh khớp", nếu so sánh với thuốc hóa chất, tuy có phần hòa hoãn về cường độ nhưng mặt khác an toàn cho người bệnh khi dùng nhiều ngày liên tục. Hơn thế nữa, thầy thuốc có thể giảm liều lượng thuốc hóa chất, thu ngắn liệu



THÔNG TIN SẢN PHẨM:
Viên nang TPCN AQUA GOOD với các thành phần thảo dược thiên nhiên như Ngưu tất, Hoàng kỳ, Mộc qua, Quy bản, Quế chi, Thạch xương bồ, Đương quy, Cam thảo giúp tăng cường chức năng gan thận, giảm acid uric trong máu, giảm cholesterol, giảm đau trong viêm khớp, thoái hóa khớp. Hỗ trợ điều trị bệnh gút, viêm khớp, thoái hóa khớp.
DS tư vấn: 08.6650.3456 - 0933.248.096
Website: www.aquagroup.vn
GPQC: 682/2012/TNQC-ATTP

trình, nghĩa là giới hạn tối đa phản ứng phụ của thuốc đặc hiệu, nếu biết cách kết hợp cây thuốc Đông Y trong phác đồ điều trị. Thầy thuốc chuyên khoa



ngành xương khớp ở CHLB Đức, Áo, Thụy Điển, Đan Mạch... ắt hẳn phải có cơ sở vững chắc khi đang áp dụng cây thuốc cho tới thiểu 60% trường hợp đau khớp. Họ không thể có quyết định như thế nếu thuốc không hiệu quả.

Thầy thuốc Đông Y nào chắc chắn cũng nằm lòng công năng trị viêm khớp của Ngưu Tất, cây thuốc mang biểu tượng đầu gối của trâu. Thuốc được ưu ái đến thế không chỉ vì thuốc giảm đau mà vì Ngưu Tất đồng thời có tác dụng hạ acid uric, hạ cholesterol, lợi tiểu, lợi mật. Thời buổi này dễ gì có khớp gối mạnh như trâu kia cày bừa quanh năm. Nghe tên cây thuốc đủ hiểu tác dụng. **K+SK**

10 tuýp người không nên uống sữa tươi

TRÀ MY

1. Người mắc bệnh viêm loét dạ dày

Sữa tươi tuy có thể trung hòa axit trong dạ dày, song nó lại kích thích dạ dày tiết ra một lượng axit nhiều hơn, khiến chỗ viêm loét càng trầm trọng thêm.

2. Người thiếu máu do thiếu chất sắt

Chất sắt trong thức ăn khi đi vào dạ dày sẽ được chuyển hóa thành ferrous (Fe^{2+}) để cơ thể dễ hấp thu. Nếu uống sữa tươi, Fe^{2+} trong cơ thể sẽ kết hợp với muối canxi và muối photphat có trong sữa tươi tạo thành một hợp chất không hòa tan, ảnh hưởng với việc hấp thu chất sắt của cơ thể, làm người mắc bệnh thiếu máu khó mà khôi phục sức khỏe.

3. Người thường bị đầy hơi, đánh rắm nhiều, dễ bị đau bụng và tiêu chảy

Những triệu chứng này mặc dù không phải do sữa tươi gây ra, nhưng sau khi uống sữa có thể sẽ làm cho tình trạng bệnh nặng thêm. Vì vậy, những người có các triệu chứng này thì không nên uống sữa tươi.

4. Người vừa mới được phẫu thuật ổ bụng

Sau khi phẫu thuật, đường ruột sẽ tích tụ rất nhiều khí, trong sữa tươi chứa khá nhiều chất béo và casein (protein sữa) dễ gây nặng bụng, sau khi lên men còn có thể sản sinh ra khí, làm đường ruột càng đầy khí hơn, không có lợi cho quá trình khôi phục nhu động ruột.

5. Người thiếu axit lactobionic

Hàm lượng đường lactose trong sữa tươi tương đối cao, nhưng phải nhờ axit lactobionic có trong dạ dày phân giải thành đường galactose và glucose thì cơ thể mới hấp thu được. Những người thiếu axit lactobionic trong cơ thể khi dùng sữa tươi sẽ bị đau bụng, tiêu chảy.

6. Người bị viêm túi mật và viêm tuyến tụy

Để tiêu hóa được chất béo trong sữa tươi, bắt buộc phải có sự tham gia của mật và steapsin. Khi người mắc bệnh này uống sữa tươi sẽ làm tăng thêm gánh nặng cho túi mật và tuyến tụy, khiến bệnh nặng thêm.

7. Người viêm thực quản trào ngược

Sữa có chứa chất béo sẽ ảnh hưởng tới sự co thắt của cơ vòng thực quản, do đó gia tăng sự trào ngược của dịch dạ dày hoặc dịch ruột non, làm bệnh trầm trọng hơn.

8. Người làm việc trong ngành công nghiệp chì

Đường lactose trong sữa tươi có thể thúc đẩy sự hấp thu



và tích tụ chì trong cơ thể người, làm tăng thêm lượng chì trong máu dẫn đến trúng độc chì, gây ra các triệu chứng như choáng váng, mất ngủ, dễ kiệt sức... Bên cạnh đó, trẻ em có lượng chì trong cơ thể vượt quá mức cho phép cũng không được uống sữa tươi.

9. Người bị sỏi thận

Khi chúng ta ngủ, lượng nước tiểu sẽ giảm đi, các chất rắn trong nước tiểu gia tăng có thể làm cho nước tiểu trở nên đậm đặc. Trong sữa tươi chứa khá nhiều canxi, mà thành phần chủ yếu của sỏi thận lại là muối canxi. Yếu tố nguy hiểm nhất trong sự hình thành sỏi thận là nồng độ canxi trong nước tiểu đột ngột tăng cao trong khoảng thời gian ngắn. Hai đến ba tiếng đồng hồ sau khi uống sữa chính là thời điểm canxi được bài tiết qua thận cao nhất. Vì thế, nếu chúng ta đang ngủ vào thời điểm này, nước tiểu đang trong tình trạng cô đặc, canxi đi qua thận khá nhiều, sẽ dễ dàng hình thành sỏi thận.

10. Người dị ứng với sữa tươi

Có người sau khi uống sữa tươi sẽ xuất hiện tình trạng đau bụng, tiêu chảy,... Riêng những người bị dị ứng nghiêm trọng, thậm chí còn xuất hiện những triệu chứng như viêm mũi, thở khò khè hoặc nổi mề đay. **K+SK**

5 nhóm thực phẩm làm đẹp da

HẠ HUYỀN

Các nghiên cứu khoa học cho thấy: Làn da của con người phụ thuộc vào chế độ ăn uống rất nhiều. Muốn có một làn da đẹp, bạn cần phải ăn ít mỡ, muối và tăng hàm lượng rau xanh, hoa quả, các sản phẩm sữa. 5 nhóm thực phẩm, hoa trái sau đây rất hữu ích cho làn da:



RAU XANH: Vitamin A không chỉ giúp hấp thụ, tiêu hóa rất tốt chất mỡ (lượng mỡ nhiều không tốt cho da) mà còn giúp tái tạo tế bào da, kéo dài sự tươi trẻ. Hơn thế, nếu cơ thể thiếu chất vitamin A, da của bạn rất dễ bị viêm. Chất carotene có trong rau xanh giúp đề kháng, chống lại căn bệnh viêm da rất hiệu quả. Ngoài ra, rau xanh rất giàu vitamin A, canxi, sắt giúp làn da khỏe và mềm mại. Các loại rau xanh như cải bó xôi, cà rốt, bắp cải, su hào.. có nhiều vitamin A.



CÁ VÀ THỦY HẢI SẢN: Chất kẽm có nhiều trong trai, hàu, ốc, mực và chất axit béo có nhiều trong cá, có vai trò rất quan trọng trong

tái tạo tế bào da cũng như có chức năng tổng hợp tạo nên chất collagen, giúp trẻ hóa da. Nếu như không có, hay không đủ lượng chất collagen, quá trình lão hóa da sẽ sớm diễn ra. Chất axit béo có nhiều trong cá, giữ cho da độ ẩm cần thiết, ngăn cản quá trình viêm da, khô da. Bên cạnh đó chất kẽm còn hỗ trợ các động mạch, giúp tuần hoàn máu trở nên tốt hơn, ngăn cản việc hình thành tuyến mỡ, mụn trứng cá...



HẠNH NHÂN, HẠT PHỈ: Chứa nhiều chất béo, đặc biệt là vitamin E, có tác dụng ngăn chặn quá trình lão hóa da. Ngoài ra, vitamin E còn bảo vệ

da khỏi các tác động xấu của tia cực tím và luôn giữ độ ẩm giúp làn da mềm mại, tươi trẻ. Trong công thức ăn của người châu Âu, hạnh nhân, hạt phỉ chiếm một vị trí quan trọng.



NHÓM QUẢ CHUA, NGỌT: Vitamin C là chất giúp kéo dài sự tươi trẻ, vốn có nhiều trong cam, quýt, bưởi, chanh. Chính vì thế mà các nhà sản xuất mỹ phẩm đều sử dụng vitamin C trong các sản phẩm của mình, đặc biệt là kem cho da mặt. Vitamin C hỗ trợ cho việc hình thành chất collagen và các tế bào liên kết da. Khi các tế bào liên kết yếu, thì khi có tuổi những nếp nhăn

của bề mặt da sẽ xuất hiện. Vitamin C giúp da mịn, có độ đàn hồi tốt. Thường xuyên ăn cam, quýt, bưởi, chanh, cà chua... theo chế độ nhất định sẽ có làn da căng, mịn và ngăn làm chậm quá trình lão hóa da. Đặc biệt những người hút thuốc lá, hay đi nắng nên tăng cường ăn các loại quả này.



BỘT NGŨ CỐC: Giàu vitamin B và vitaminum P chống lại quá trình oxy hóa, giúp làm da luôn sạch, giữ độ ẩm cần thiết. Ăn bột ngũ cốc còn giúp chống lại viêm da và các loại bệnh về da khác. Ngoài ra, vitamin B còn giúp các cơ quan trong cơ thể hoạt động ổn định. **K+SK**



Ngủ đầy giấc, tập thể thao, hít thở không khí trong lành chưa đủ để có làn da đẹp. Ngay cả siêu mỹ phẩm dành cho da mặt cũng bất lực nếu chế độ dinh dưỡng của ta thiếu hụt.



Cây đỗ trọng

Đỗ trọng có tên khoa học là *Eucomia ulmoides* Oliv, thuộc họ đỗ trọng *Eucomiaceae*. Bộ phận dùng là vỏ thân đã phơi hay sấy khô.

Đỗ trọng là cây thân gỗ nhỏ hoặc cao trên 10m, vỏ thân có màu xám và lá có nhựa mủ trắng. Khi bẻ đôi vỏ thân sẽ thấy những sợi nhựa màu trắng mảnh như tơ nối giữa các mảnh vỏ. Cây phân bố nhiều ở Trung Quốc, khi trồng ở Việt Nam thì sinh trưởng tốt ở vùng núi cao trên 1.000m như ở các tỉnh Vĩnh Phú, Lai Châu, Thanh Hóa, Lâm Đồng...

ĐỖ TRỌNG-Vị thuốc quý chữa cao huyết áp

ANH GIANG

Đỗ trọng được biết đến là một vị thuốc bổ dương, có nhiều tác dụng quý, trong đó hạ huyết áp là một trong những tác dụng mạnh thường được sử dụng trong bài thuốc cổ truyền trị bệnh cao huyết áp.

Vị thuốc đỗ trọng là những tấm phẳng mặt ngoài màu nâu nhạt hoặc hạt dẻ, có nhiều vết nhăn dọc và vết tích của cành con, mặt trong vỏ màu tím sẫm, trơn, chất giòn, dễ bẻ gãy, mặt bẻ có màu trắng bạc, tính đàn hồi như cao su. Vỏ cây chứa gutta-percha, còn có pino-resinol-diglucosid, geniposid, acid geniposidic, ulmoprenol, acid chlorogenic, aucubin, loganin, chất màu, albumin chất béo, tinh dầu và muối vô cơ.

Đỗ trọng có vị ngọt ôn, quy kinh can thận, có tác dụng bổ thận tráng dương, mạnh gân xương, an thai, dùng chữa các chứng bệnh đau lưng mỏi gối, di tinh, đái đêm, liệt dương, phụ nữ khó có thai hoặc dễ bị sảy thai, chữa cao huyết áp, giảm cholesterol trong máu, lợi niệu

chống viêm.

Tác dụng hạ huyết áp: nghiên cứu dược lý hiện đại cho thấy nước sắc hoặc dịch chiết cồn của đỗ trọng đều có tác dụng hạ áp, nhưng nước sắc thì có tác dụng mạnh hơn, đặc biệt nước sắc của vị thuốc đỗ trọng khi đã sao khô có tác dụng hạ áp rõ nhất. Cơ chế là do thuốc làm giãn cơ trơn mạch máu, gây tác dụng giãn mạch ngoại vi hạ huyết áp.

Ngoài ra, đỗ trọng còn có tác dụng hạ cholesterol máu, giãn mạch tăng lưu lượng của động mạch vành nên làm giảm nguy cơ khối xơ vữa động mạch, ngăn ngừa biến chứng cơn đau thắt ngực hoặc nhồi máu cơ tim.

Dịch chiết đỗ trọng còn có tác dụng kháng viêm lợi niệu, giúp thận đào thải tốt hơn, tăng tác dụng hạ áp. **K+SK**

HA HỒI ĐƠN - bài thuốc hay chữa cao huyết áp từ đỗ trọng

Bài thuốc gồm các vị thảo dược: Đỗ trọng, câu đằng, táo nhân, hạ khô thảo, linh chi, bạch thược, ngưu tất, đẳng sâm, sinh địa.

Công dụng:

Dưỡng tâm, an thần, hạ huyết áp, giúp giảm các triệu chứng hoa mắt, chóng mặt, nhức đầu, căng thẳng, stress, buồn nôn, ù tai, ngực bứt rứt, hồi hộp, đánh trống ngực, lo lắng, hay quên... thường thấy ở người cao huyết áp.

Hoạt huyết, thông mạch, giúp tăng cường lưu thông máu, ngăn ngừa cục máu đông gây tắc mạch nên có tác dụng phòng ngừa các nguy cơ tim mạch như cơn đau thắt ngực, nhồi máu cơ tim, đột quỵ...

Bổ can thận, mạnh gân xương, giúp giảm đau lưng mỏi gối, liệt dương, chứng bất lực ở người cao huyết áp. **K+SK**



Vị thuốc đỗ trọng

Những tác hại của điện thoại di động

TRÀ MY

Số lượng vi khuẩn trên điện thoại di động (ĐTDD) nhiều hơn trong WC đã không còn là chuyện mới. Nhưng ĐTDD còn có những ảnh hưởng xấu khác mà ít ai biết được. Tờ Daily Mail của Anh đã tổng kết những tác hại của ĐTDD đối với con người.

Ảnh hưởng thị lực: Nghiên cứu cho thấy, bình quân mỗi người xem ĐTDD 150 lần/ngày, sẽ làm khô mắt, dễ gây tình trạng viêm nhiễm. Trẻ em thích chơi ĐTDD có nguy cơ mắc bệnh cận thị cao, còn người trưởng thành sẽ phải đeo kính lão sớm. Đề nghị: Đổi cỡ chữ hiển thị trên ĐTDD lên mức lớn nhất; sử dụng nó ở nơi có đầy đủ ánh sáng; mỗi lần xem điện thoại không quá 15 phút. Chỉ cho phép trẻ em từ 3 đến 7 tuổi chơi ĐTDD nửa tiếng mỗi ngày, người từ 16 tuổi trở lên có thể tăng lên 2 tiếng đồng hồ.

Chèn cột sống: Rất nhiều người lúc sử dụng ĐTDD, đầu và cơ thể sẽ ngả về phía trước, điều này làm cho các dây thần kinh ở phần trên cột sống bị chèn ép, dẫn đến tình trạng đau đầu, cứng cổ, cảm thấy uể oải. Đề nghị: Nên mua giá đỡ chuyên dùng cho ĐTDD, hoặc tập luyện tập thả lỏng cơ bắp phần cổ.

Biến dạng cằm: Sử dụng ĐTDD quá độ sẽ làm cho hình dáng cằm biến đổi. Tuổi càng cao, sức đàn hồi của da càng thấp, cúi đầu xem điện thoại nhiều tiếng liên tục sẽ gia tăng thêm tình trạng chảy xệ vùng da cằm. Đề nghị: Cố gắng đưa ĐTDD ra phía trước, cao hơn lồng ngực để đầu không bị cúi gằm.

Gây mất ngủ: Lúc trò chuyện, màn hình ĐTDD sẽ nóng lên, cộng thêm lượng vi khuẩn lúc nhúc trên điện thoại, có thể sẽ gây ra

tình trạng mất ngủ. Đề nghị: Với người có làn da quá nhạy cảm, nên mua một chiếc giá đỡ điện thoại, đồng thời thường xuyên vệ sinh vỏ ngoài ĐTDD bằng nước sát trùng.

Suy giảm thính lực: Rất nhiều tai nghe điện thoại không phù hợp với tai sẽ gây rò âm, cho nên người sử dụng có thói quen điều chỉnh âm lượng cao lên. Lâu ngày, tạp âm sẽ gây tổn thương cho thính lực. Đề nghị: Nên giảm bớt âm lượng và hạn chế sử dụng tai nghe.

Quấy nhiễu giấc ngủ: Ánh sáng của laptop và ĐTDD tác động tới quá trình sản xuất hormone melatonin của cơ thể sẽ gây ra tình trạng khó ngủ. Đề nghị: Chính giảm bớt độ sáng màn hình ĐTDD hoặc laptop, đồng thời đặt chúng ở khoảng cách tối thiểu 35 cm; khi đi ngủ, tốt nhất không mang theo ĐTDD lên giường.

Ảnh hưởng xã giao: Quá mức ý lại vào ĐTDD hoặc các thiết bị khoa học kỹ thuật sẽ làm con người ngày càng thêm thờ ơ với những người chung quanh. Những người luôn tích cực trên internet thường rất cô độc trong cuộc sống hiện thực. Đề nghị: Trong bữa ăn tối với gia đình, hãy bớt chăm chú vào ĐTDD và trò chuyện với người nhà nhiều hơn. Khi ra ngoài xã giao, cố gắng đừng chơi với ĐTDD quá nhiều, tránh tình trạng lạnh nhạt với người khác. **K+SK**

MẸO TRỊ MỤN CỐC

Người tôi bị mụn cóc đã lâu, gần đây còn mọc thêm ở chân và sau gáy, chữa trị nhiều nhưng không khỏi. Thấy vậy, bà lão bác sỹ nhà tôi liền “hung hăng” lôi ông chồng xấu xí đến bệnh viện An Bình và đưa ngay vào phòng mổ khoét bỏ mụn cóc to nhất. Nhìn vẻ mặt mãn nguyện của nàng, tôi những tưởng đã tuyệt diệt được mầm họa. Nhưng không ngờ một thời gian sau, đúng vị trí cũ từ “hố” mổ sâu hoắm này, xuất hiện một mụn cóc khác to hơn và thêm nhiều mụn nhỏ lan xung quanh. Thật là họa vô đơn trí, đã xấu càng xấu hơn.

Tình cờ có người thợ hớt tóc chỉ mẹo dân gian trị mụn cóc, tôi lắng nghe đây “nghiêm túc”, nhưng không mấy tin tưởng. Bỗng đi một thời gian, vào dịp đầu tháng 6 vừa qua, khi thấp nhang bàn thờ tổ tiên, tôi chợt nhớ đến lời người thợ hớt tóc, nên tò mò muốn thử. Sẵn tiện, tôi đốt một cây nhang và hơ nóng vòng quanh mụn cóc to nhất (mụn cái) cho đến khi nhang tàn. Làm tiếp hai ngày, mỗi ngày 2 lần vào sáng, tối và trong lòng thầm khấn ‘mụn cóc bay đi’, như hướng dẫn của người thợ. Ấu cũng là để không phụ lòng tốt của anh và rồi quên luôn. Khoảng 2 tuần sau, trong một lần tắm biển, cậu con trai bỗng mừng vui hết lên, mụn cóc trên người ba đã “biến hết”. Thật diệu kỳ. Thường thì cơ địa mỗi người một khác, nên mức độ đáp ứng bài chữa có thể sẽ khác nhau, nhưng với tôi thật mỹ mãn. Xin chia sẻ cùng bạn đọc. **K+SK**

LÊ DỪNG

Nâng cao nhận thức về bệnh ung thư cho khách hàng

PHẠM ĐỨC MẠNH

Trong hai ngày 13-14.7.2013, Công ty Bảo hiểm Nhân thọ Prudential VN tổ chức Hội thảo nâng cao nhận thức về bệnh ung thư cho hơn 600 khách hàng thân thiết của công ty tại tỉnh Đồng Nai, Long An và TP.HCM, với sự tham gia chia sẻ của bác sĩ điều trị ung thư hàng đầu từ bệnh viện Fortis Colorectal, Singapore.

Đây là cơ hội để khách hàng của Prudential có thêm kiến thức về các dấu hiệu của ung thư, nhận diện một số nguyên nhân gây bệnh, chế độ ăn, phong cách sống và được chia sẻ các bí quyết để giúp ngăn ngừa các bệnh hiểm nghèo. Hội thảo cũng chính là dịp Prudential thể hiện sự tri ân đến các khách hàng đã đồng hành với công ty trong suốt thời gian qua cũng như giúp nâng cao hiểu biết, bảo vệ tốt hơn vì mục tiêu chăm sóc và bảo vệ các gia đình Việt Nam.

Trước thực tế các bệnh hiểm nghèo đang ngày càng gia tăng, nhiều người trở nên lo sợ và hoang mang thái quá bởi các loại ung thư, thì theo lời khuyên của các bác sĩ, bệnh nhân hoàn toàn có thể chữa trị, duy trì được sức khỏe tốt, kéo dài tuổi thọ nếu có nhận thức đúng về bệnh ngay từ ban đầu.

Thông qua những chia sẻ thực tế từ quá trình điều trị nhiều ca ung thư tại Singapore của 2 bác sĩ Ho Kok Sun và Koh Poh Kun chuyên về ung thư trực tràng, nhiều người đã có cái nhìn lạc quan và hiểu thêm về cách phòng chống đối với bệnh hiểm nghèo này. Một khách hàng tại quận 12 sau khi tham dự chương trình tâm sự: "Qua chia sẻ của 2 bác sĩ danh tiếng, tôi biết được các dấu hiệu của ung thư; nhận diện một số nguyên nhân gây bệnh; lứa tuổi nào bệnh dễ phát sinh, trong đó đâu là yếu tố do di truyền. Nếu mỗi người không chủ quan, có cách sống lành mạnh, chế độ ăn uống thích hợp; thông qua các đợt khám sức khỏe định kỳ để phát hiện sớm giai đoạn ủ bệnh thì không phải quá lo lắng, vì khả năng chữa khỏi rất



Khách hàng đăng ký tham dự hội thảo

cao. Nếu không may mắc phải căn bệnh hiểm nghèo thì sản phẩm Phú-An Lộc của Prudential sẽ giúp chúng ta có nguồn tài chính để trang trải chi phí chữa trị".

Chị Nguyễn Thị Nguyệt Quế, một khách hàng tại quận Gò Vấp chia sẻ: "Tôi từng nghĩ bệnh hiểm nghèo là dấu chấm hết cho cuộc đời một khi mắc phải vì không chỉ phải gánh chịu những đau đớn thể xác mà còn tốn kém muôn phần cho chi phí chữa bệnh. Tuy nhiên, thực tế không phải vậy nếu mình có lối sống lành mạnh, một nhận thức tích cực, lạc quan, đúng đắn về bệnh thì bệnh hiểm nghèo không còn là vấn đề nan giải như mình nghĩ nữa".

Tại hội thảo, không chỉ có nhiều người lớn tuổi, mà còn có rất nhiều bạn còn rất trẻ, có kiến thức học cao... cũng đến nghe các chuyên gia cao cấp hàng đầu bệnh viện Fortis Singapore thuyết giảng. Bạn Lê Thị Kiều Linh 23 tuổi, kế

toán Công ty Thiên Lộc nói: "Ban đầu em chỉ nghĩ đi cùng cha, mẹ vì tò mò, nhưng không ngờ nó lại có ý nghĩa, vì những căn bệnh ung thư không loại trừ riêng ai. Biết để phòng tránh thì hay hơn. Đặc biệt, nếu mua gói bảo hiểm Phú-An Lộc, ai không bị mắc căn bệnh này thì cũng lời hơn gửi tiết kiệm ngân hàng với lãi suất sù sì như hiện nay".

Là một doanh nghiệp bảo hiểm nhân thọ lớn và uy tín, Prudential Việt Nam luôn khẳng định vị trí dẫn đầu qua việc kinh doanh hiệu quả và dành nhiều ưu tiên hàng đầu đến khách hàng của mình. Thông qua các đợt chi trả bảo tức đặc biệt, các hội thảo chăm sóc, tư vấn, kiểm tra sức khỏe cho khách hàng, cùng hàng trăm chương trình tri ân khách hàng được tổ chức hàng năm trên toàn quốc, Prudential ngày càng khẳng định mạnh mẽ thông điệp luôn tối đa hóa quyền lợi cho khách hàng của mình. K+sk

OPTONIC

viên nang sáng mắt, đẹp da

Thành phần mỗi viên OPTONIC có chứa: 250 mg dầu gấc nguyên chất; 20 mg sữa ong chúa nguyên chất và Vitamin E tự nhiên: 10 IU

OPTONIC - GIẢI PHÁP CHO LÀN DA ĐẸP

Dầu gấc trong OPTONIC chứa hàm lượng lớn lycopene, Beta carotene, các acid béo không no omega 6,9 và vitamin E giúp làm sáng da, giữ ẩm, làm da mềm mại, mịn màng, tăng độ đàn hồi của da, các chất này cũng có tác dụng chống oxy hóa mạnh nên ngăn ngừa được quá trình lão hóa da, nám da, sạm da, giúp loại bỏ các gốc tự do có thể gây ung thư da.

OPTONIC GIÚP LÀM GIẢM NÁM DA, XẠM DA.

Những trường hợp nám da, sạm da do thay đổi nội tiết tố (phụ nữ mang thai, phụ nữ thời kỳ mãn kinh) thì sữa ong chúa được chứng minh là rất hiệu nghiệm. Sữa ong chúa chứa nhiều chất dinh dưỡng như protein (chứa hơn 20 acid amin thiết yếu cho cơ thể), 10 - 15 % glucid, 5,5% lipid trong đó chủ yếu là DHA, ngoài ra sữa ong chúa còn chứa nhiều vitamin A, C, E, D, B1, B2, B6, Biotin, các nguyên tố vi lượng như kẽm, cobal... Tác dụng chống nám da, sạm da là do sữa ong chúa có chứa nhiều hormone giúp cân bằng nội tiết tố, trong đó có parotin, một hormone giúp làm chậm quá trình lão hóa, và acid decene là tiền chất của estrogen có tác dụng cân bằng nội tiết tố nữ.

Trong sữa ong chúa có collagen, là một protein có tác dụng kết nối các mô trong cơ thể lại với nhau, giúp da căng mịn, giảm chảy xệ và nhăn da, tăng tính đàn hồi của da.

OPTONIC - GIẢI PHÁP CHO ĐÔI MẮT SÁNG, KHỎE ĐẸP

OPTONIC có tác dụng chăm sóc, bảo



THÔNG TIN SẢN PHẨM:

Viên nang OPTONIC với các thành phần dầu gấc, sữa ong chúa, vitamin E giúp chống lão hóa và làm đẹp da, ngăn ngừa nám da, sạm da, phòng ngừa các bệnh khô mắt, hoa mắt, quáng gà, giúp làm tăng thị lực. Tiếp thị và phân phối bởi AQUA Group

Được hỗ trợ vốn:

Miền Bắc: 04.3791.7085 - 0912.564.388

Miền Nam: 08.6650.3456 - 0933.248.096

Website: www.aquagroup.vn

Số TNQC: 137/2013/XNQC-ATTP

vệ và gìn giữ đôi mắt sáng, khỏe mạnh.

Dầu gấc chứa nhiều Lycopene, là một carotenoid có tác dụng chống oxy hóa mạnh, giúp loại bỏ các gốc tự do ở võng mạc nên giúp ngăn ngừa sự tấn công của chúng đối với đôi mắt, giúp chống thoái hóa hoàng điểm, là nguyên nhân chính gây mù lòa. Hàm lượng lycopene trong dầu gấc nhiều gấp 70 lần so với cà chua, 10 lần so với cà rốt, nhiều tới mức có thể tự kết tinh thành những tinh thể. Lycopene còn có tác dụng chống tế bào ung thư mạnh, có tác dụng với tế bào ung thư tuyến tiền liệt, tế bào ung thư vú, dạ dày, gan, buồng trứng. Lycopene có tác dụng bảo vệ và phòng ngừa các bệnh tim mạch do có tác dụng chống oxy hóa rất mạnh nên ngăn ngừa quá trình oxy hóa cholesterol xấu LDL để tạo thành các mảng xơ vữa, từ đó ngăn ngừa các bệnh đột quỵ và nhồi máu cơ tim. Dầu gấc có tác dụng chống khô mắt, tăng cường thị lực mắt, nhờ hàm lượng Beta - carotene cao (gấp 2 lần so với gan cá thu, 15 lần so với cà rốt). Đây là tiền chất của vitamin A, khi vào cơ thể sẽ được chuyển hóa thành vitamin A rất cần thiết cho mắt. Thiếu vitamin A gây ra bệnh khô mắt, quáng gà, có thể dẫn đến

mù lòa ở trẻ em, vì vitamin A đóng vai trò quan trọng trong việc tiếp nhận ánh sáng và dẫn truyền thần kinh để tạo ra hình ảnh sự vật. Thiếu vitamin A gây ra hiện tượng giảm thị lực trong điều kiện ánh sáng yếu, nhất là khi nhìn sự vật vào ban đêm. Học sinh, sinh viên phải ôn bài khuya, những người phải làm việc nhiều trên máy vi tính, xem tivi nhiều, hoặc thường xuyên ở trong phòng có điều hòa nhiệt độ thì nên bổ sung dầu gấc để tránh khô mắt, giữ cho mắt sáng, khỏe mạnh, đây là hình thức bổ sung vitamin A thiên nhiên tốt nhất để bảo vệ mắt.

Sữa ong chúa là chất dịch sánh, rất giàu năng lượng và hormone do tuyến họng của ong thợ tiết ra để nuôi ong chúa, được dùng trong y học cổ truyền và gọi là phong nhũ tinh. Sữa ong chúa chứa nhiều chất dinh dưỡng, trong đó có hơn 20 acid amin cần thiết cho cơ thể, chứa nhiều chất béo không no chủ yếu là DHA, chứa nhiều vitamin E, B1, B2, B3, B6, PP, H, các nguyên tố vi lượng như Kẽm, Coban... Sữa ong chúa cung cấp các chất dinh dưỡng giúp cho đôi mắt được tinh tường, chống khô mắt, bảo vệ mắt khỏi các gốc tự do. **K+SK**

Chuyện kỳ bí về thầy lang Vương CHỮA UNG THƯ

Nhà văn NGUYỄN QUANG VINH

Hãy cứ gọi ông là ông Vương (ông chưa cho lấy tên thật). Ông sống như mây, như gió giữa cuộc đời. Niềm đam mê cuốn ông đi suốt đời mình là vào rừng tìm kiếm, phát hiện, thử nghiệm những lá rừng làm thuốc, tạo ra những bài thuốc cứu người. Ông đã và đang thành công.

Ông Vương trước đây hơn 20 năm là hòa thượng ở một vài ngôi chùa nhỏ trong những hang đá ở các tỉnh miền núi phía Bắc. Sau, ông tu ở nhà các đệ tử, chuyên sâu vào việc tìm kiếm những lá rừng để làm thuốc chữa bệnh cho nhân gian, rồi cũng lấy việc chữa bệnh để kêu gọi các phật tử,

chúng sanh đóng góp tiền của trùng tu gần 20 ngôi chùa lớn nhỏ nằm rải rác ở nhiều tỉnh mà do thời gian làm cho hoang phế.

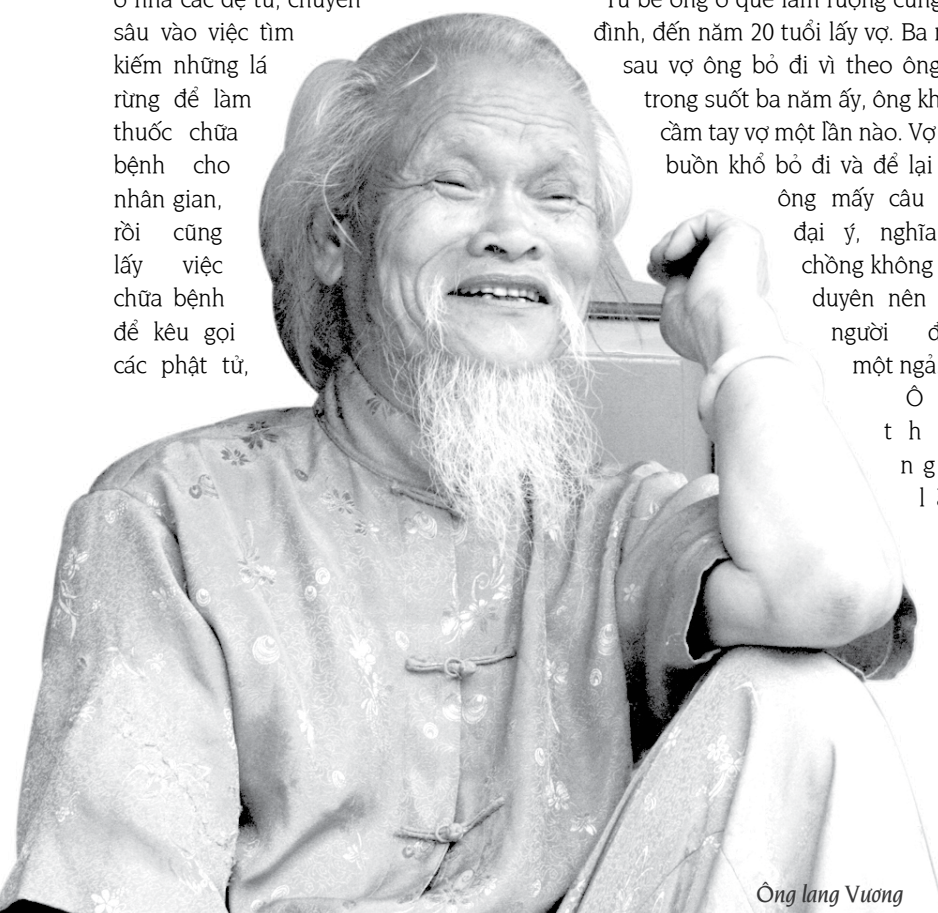
Từ bé ông ở quê làm ruộng cùng gia đình, đến năm 20 tuổi lấy vợ. Ba năm sau vợ ông bỏ đi vì theo ông kể, trong suốt ba năm ấy, ông không cầm tay vợ một lần nào. Vợ ông buồn khổ bỏ đi và để lại cho ông mấy câu thơ, đại ý, nghĩa vợ chồng không hợp duyên nên mỗi người đành một ngã.

Ông
t h e o
n g h ề
l à m

thuốc trị bệnh của gia đình từ rất sớm. Nhưng đấy cũng chỉ là những lá thuốc trị bệnh thông thường, kiếm lá, sao khô, gói thành thang, đi bỏ hàng cho các chợ. 25 tuổi ông theo dấu Phật, thành hòa thượng, tu ở nhiều ngôi chùa có tiếng và bắt đầu nghiệp thuốc Nam chữa bệnh cho chúng sanh. Ngoài việc thừa hưởng kinh nghiệm, gia tài thuốc Nam của các bậc tiền bối, ông còn say mê vào rừng, tìm kiếm nhiều lá thuốc, tự lấy mình ra thí nghiệm, chọn lọc, đúc kết để tạo ra nhiều loại thuốc Nam quý giá.

Khác với những thầy thuốc khác lấy việc bán thuốc làm kế sinh nhai nên tìm mọi con đường để quảng bá, thậm chí quảng bá quá lên để bán nhiều thuốc, ông không thế, lặng lẽ cứu người, lặng lẽ cứu nhân độ thế, lặng lẽ dâng hiến những vị thuốc vô cùng quý giá, cứu được nhiều người, chữa trị được nhiều chứng bệnh nan y, nhưng khiêm nhường, lặng lẽ với một cái TÂM hết sức đáng trân trọng và đáng ngưỡng mộ. Nhưng cũng vì sự khiêm nhường ấy của ông, nên không phải ai cũng biết ông có thuốc.

Như duyên định, Bọ và Lão Hâm (Phan Chí Thắng) gặp được ông Vương. Ông Vương sống khác người. Thậm chí có một chút cực đoan, một chút lập dị, một chút gì đó không như người thường, như thần linh nhập thể, từ cách nói, cách



Ông lang Vương

sống, cách ứng xử. Đòi ông tránh được hết những gì người đời vẫn ham hố: Tình dục- Ấm thực- Danh vọng- Tiền bạc. Hơn 50 năm nay, ông không đụng đến thức ăn động vật. Hơn 50 năm nay, ông ăn rau để sống, tất cả các loại rau. Nay đã ngoài 70 tuổi, da dẻ hồng hào, thể lực cường tráng, tiếng nói vang trong. Ông sống như mây, như gió giữa cuộc đời. Niềm đam mê cuốn ông đi suốt đời mình là vào rừng tìm kiếm, phát hiện, thử nghiệm những lá rừng làm thuốc, tạo ra những bài thuốc cứu người và ông đã và đang thành công.

Ông có 10 đệ tử nằm ở nhiều vùng. Đó là những đệ tử giúp ông đi lấy lá rừng về làm thuốc, giúp ông pha chế, giúp ông nơi ăn chốn ngủ. Ông coi họ như con. Ông coi những bệnh nhân ông đã cứu chữa như người nhà. Gặp ông, đến như Bọ vốn hoạt khẩu cũng phải há hốc mồm ra nghe ông giảng thuốc, giảng đạo lý làm người, giảng về cái tâm cứu người trị bệnh. Đòi Bọ chưa gặp một người như ông: Sáng như gương, thông thái, tâm huyết, và có cuộc sống cao hơn người đời một bậc.

Qua hàng chục năm, ông đã chữa trị được nhiều căn bệnh ung thư nguy hiểm: Ung thư gan, ung thư phổi, ung thư dạ dày, ung thư đường ruột... Những khối u ác tính đều chết dưới những bài thuốc đặc hiệu của ông.

Bọ và Lão Hâm có nhiều nhân chứng để khẳng định rằng, những bệnh nhân ung thư ác tính, cái chết gần kề, uống thuốc của ông vào bệnh thuyên giảm rõ rệt và sau 4 đến 6 tháng hoàn toàn khỏi bệnh. Anh CH. Là bạn thân thiết của Lão Hâm. Trước tết vừa rồi, anh CH được bệnh viện xác nhận là ung thư gan. Khối u to bằng nắm tay một chiều 10 cm, chiều kia trên 9 cm. Sau một tháng, bệnh tình phát triển trầm trọng. Bệnh viện trả về. Lúc ấy anh CH. chỉ còn việc nằm chờ chết. Bụng trướng hết cỡ, mặt tóp teo, tứ chi co lại như que củi, không còn đi lại được nữa. Gia đình chuẩn bị cho ngày anh ra đi. Nhờ cơ duyên và gặp ông Vương. Uống thuốc lá rừng của ông Vương tháng đầu tiên, dịch nước trong người hết, thân thể trở lại bình thường.



Sơn cốc - nơi ông lang Vương sinh sống

Uống thêm 3 tháng nữa, đến ngày 25.4.2009, vì thấy khỏe khoắn, nên CH. đi làm lại được. Anh CH kiểm tra chụp lại khối u trong người, bác sĩ ngạc nhiên sưng sốt khi bệnh nhân mà mình cho về để chờ chết, nay khối u chỉ còn 4,3 cm, nhưng quan trọng hơn, là khối u còn lại đó đang bị phong tỏa và vôi hóa. Dấu hiệu lành bệnh cũng đã được các bác sĩ khẳng định trong sự ngạc nhiên đến sững sờ.

Tiếp đó, Bọ và lão Hâm cũng chứng kiến thông gia của một người bạn ung thư dạ dày, nhờ uống thuốc của ông Vương mà lành. Rồi tiếp đến, hai bệnh nhân ung thư què Bọ ra, tình hình nghiêm trọng, gặp Bọ, Bọ lấy được thuốc của ông Vương cho uống, mới hai tuần tình hình đã rất khả quan.

Đó mới chỉ là những bệnh nhân ung thư mà Bọ và Lão Hâm chứng kiến, còn nhiều năm qua, nhờ uống thuốc của ông Vương mà nhiều người bị bệnh nan y đã lành bệnh, hoặc ít ra là đang sống khỏe mạnh trong nhiều năm từ khi bệnh viện trả về.

Một giáo sư, tiến sĩ y khoa đã và đang hợp tác với ông Vương để từ bài thuốc dân gian của ông, tối đây, sau những thử nghiệm khoa học, sẽ thành một thứ thuốc chữa trị ung thư và hy vọng lần đầu xuất hiện trên thế giới và thành công. Hiện giờ, những bệnh nhân ung thư ác tính nếu được uống thuốc của ông Vương đều lành bệnh, giảm bệnh, hoặc kéo dài sự sống một cách đáng ngạc nhiên.

Các đệ tử của ông Vương còn chữa thành công các bệnh thường gặp: khớp,

gout, tiểu đường, bại liệt do tai nạn, xoang, trĩ nội-ngoại, hen suyễn, giảm béo... Riêng ông Vương chuyên chữa trị các khối u.

Bọ đã thuyết phục và được ông Vương đồng ý là Bọ sẽ đưa ông và hai đệ tử giỏi vào Quảng Bình, vào rừng nguyên sinh Phong Nha - Kẻ Bàng để tìm kiếm những lá thuốc quý. Ông Vương nói, những rừng nguyên sinh như ở Vườn Quốc gia Phong Nha Kẻ Bàng có rất nhiều lá thuốc quý. Một số lá thuốc do ông Vương tìm kiếm, thử nghiệm, đến giờ vẫn không có trong danh mục những cây thuốc Việt.

Thuốc ông Vương là thuốc lá tươi, nên chỉ lấy uống trong từng tháng. Và cũng do là thuốc lá tươi, không qua sao chế, nên tác dụng khi uống là rất mạnh và rất nhanh. Người có bệnh chỉ uống vài tuần là chuyển biến thấy rõ. Có người uống đến ngày thứ 3 là bắt đầu thấy chuyển biến tốt.

Với liều lượng nhẹ hơn, người bình thường nếu uống thường xuyên sẽ ngăn chặn được nhiều căn bệnh hiểm nghèo. Giáo sư tiến sĩ y khoa như đã nói ở trên, sau mấy tháng tiệm cận với những lá thuốc quý của ông Vương, điều trị thử cho một số bệnh nhân thấy kết quả ngoài mong đợi. Giáo sư đang quá trình nghiên cứu, thử nghiệm nhiều năm để có một báo cáo khoa học nghiêm túc, chính xác và có giá trị lý luận và thực tiễn trước khi công bố rộng rãi cho giới chuyên môn để áp dụng vào điều trị ung thư. **K+SK**

Chẩn bệnh danh tướng thời Tam Quốc

BS LÊ QUANG THÔNG (Bệnh viện Đà Nẵng)

Trong chúng ta chắc ai cũng từng đọc qua Tam Quốc Diễn Nghĩa. Dưới ngòi bút tài tình của La Quán Trung, chúng ta khó có thể quên được các nhân vật bất hủ như: Tào Tháo, Gia Cát Lượng, Lưu Bị, Trương Phi, Quan Vân Trường, Chu Du... Trong bài viết này, dưới góc độ y học hiện đại, chúng ta thử ngược dòng thời gian để hội chẩn, chẩn đoán bệnh cho các nhân vật nổi tiếng của lịch sử Tam Quốc Chí cách đây gần 1.800 năm.

TÀO THÁO CHẾT VÌ U NÃO?

Trong Tam Quốc Diễn Nghĩa, khi làm thừa tướng, Tào Tháo đã bị chứng nhức đầu lai rai. Đến cuối đời, bệnh nặng lên, nhức đầu kinh khủng. Tháo cho mời danh y Hoa Đà đến thăm. Hoa Đà thăm bệnh rồi đề nghị khoan sọ để điều trị, nhưng Tào Tháo vốn đa nghi, cho là Hoa Đà mưu hại mình nên đã bỏ ngục vị danh y này. Tào Tháo nằm mê thấy những người mà mình đã giết đến đòi mạng, thấy thủ cấp Quan Vân Trường trợn mắt đến nổi phát bệnh mà chết. Thời điểm đó chưa có môn giải phẫu tử thi (autopsy) và CT scanner hay cộng hưởng từ... nhưng chúng ta có thể chẩn đoán Tào Tháo bị chứng nhức đầu do u não (brain tumor). Hoa Đà cho rằng cần phải mổ (chúng ta phải tin danh y Hoa Đà chứ). Sách cũ phong Hòa Đà là ngoại khoa thánh thủ còn ngày nay có thể nói ông là bác sĩ phẫu thuật thần kinh (neurosurgeon) đầy kinh nghiệm, xác suất sai rất thấp. Vậy thì chắc là u rồi. Có thể chẩn đoán vị trí khối u nằm ở thùy chẩm vì có triệu chứng ảo thị giác (optic hallucination).

KHỔNG MINH BỊ... LAO PHỔI

Ôn lại bệnh sử ta nhận thấy từ khi Lưu Bị phó thác con côi Lưu Thiện, Khổng Minh đã “bảy lần bắt Mạnh Hoạch”. Nên nhớ Nam man rừng thiêng nước độc, sơn lam chướng khí ít nhiều ảnh hưởng đến hệ hô hấp của Ngọa Long tiên sinh? Và



“sáu lần xuất kỳ sơn” hầu thu phục giang san cho nhà Hán nhưng bất thành, lao tâm lao碌, làm việc quá độ (surmenage). Sau thất bại không hòa thiêu được cha con Tư Mã Ý tại hang Hổ Lô, bệnh cũ tái phát. Trước khi chết, Khổng Minh dự định cầu sao tăng tuổi thọ nhưng Ngụy Diên “bộp chộp” đã đổ cây đèn mạng khiến ông thổ huyết nhiều lần rồi quy tiên. Ta có thể chẩn đoán Khổng Minh bị lao phổi (pulmonary tuberculosis) biến chứng ho ra máu (hemoptysis). Thời đó Rimactan, Rimifon, Myambutol... chưa có nên cầu sao trấn áp tướng tinh làm sao cứu nổi?

QUAN VÂN TRƯỜNG CƯỜNG PHÓ GIAO CẢM

Một trong ba “Tam tuyệt” theo lời bình của Mao Tôn Cương cũng có giai thoại lý thú liên quan đến y học. Đó là Hoa Đà nạo xương điều trị vết thương do mũi tên đâm độc cho Quan Vân Trường lúc ông đang tiến đánh Phàn Thành. Ông ung dung ngồi đánh cờ không lộ vẻ đau đớn khiến Hoa Đà thán phục. Các sách đã sử ngoài Tam Quốc Diễn Nghĩa có nhắc Hoa Đà ngoài châm tê giảm đau còn có bột ma phí tán cho bệnh nhân uống để phẫu thuật bụng. Hoa Đà được xem là người đầu tiên dùng thuốc mê trong phẫu thuật!? Trong truyện mô tả Quan Vân Trường “mặt đỏ râu dài”. Mặt đỏ... về Tây y là có bệnh đa hồng cầu hay u thận làm tăng erythropoietin, nhưng có



lẽ không đúng vì ông sức mạnh võ nghệ siêu quần, mắc các bệnh ấy thì thể lực làm chi còn. Có lẽ bẩm sinh ông thuộc typ cường phó giao cảm luôn dân mạch da mặt... giống các tay uống bia, rượu mặt trời luôn mọc suốt đêm thâu? Theo y học người uống rượu mặt đỏ tính tình ít đáng sợ hơn mặt tái (co mạch). Điểm này phù hợp với Quan Vân Trường trọng nghĩa khinh tài nên tha Tào Tháo ở Hoa Dung tiểu lộ chẳng?

CHU DU MẮC BỆNH DẠ DÀY

Khi Khổng Minh đoạt Kinh Châu, phỗng tay trên của Du sau trận Xích Bích, còn đứng trên thành khích khích. Chu Du tức hộc máu về đau mà chết. Trước khi

tất thở còn than bị đất: “Trời sinh Du sao còn sinh Lượng?”. Chắc là Chu Du đã bị bệnh lý dạ dày tá tràng, biến chứng xuất huyết tiêu hóa nặng (hematemesis) do bị “stress”! (thời đó chưa biết Helicobacter Pylori gây bệnh dạ dày tá tràng nhưng chúng ta nên biết HP chỉ chiếm khoảng 15% trong bệnh lý này). Cần nhắc thêm là Chu Du đã có tiền sử bệnh trước đó, chưa kể cá tính của Du là người vừa kiêu ngạo, vừa đố kỵ. Như vậy có bạn sẽ hỏi Khổng Minh cũng có thể bị thổ huyết do bệnh dạ dày lắm chứ? Xin thưa rằng Khổng Minh là bậc hiền triết biết mệnh trời, sống thanh thản, nên khả năng bị những bệnh vì “stress” như viêm loét dạ dày tá tràng rất ít xảy ra.

KHƯƠNG DUY BỊ VIÊM TÚI MẬT CẤP

Là người cố gắng giữ nước Thục Hán cho đến cuối cùng, song đang lúc đánh nhau thì Khương Duy bỗng lên cơn đau bụng cấp (chắc là cơn quặn gan - colique hepatic) và bị giết. Lúc kẻ địch phan phản thấy ra thấy túi mật to bằng quả trứng gà, lúc đó ai cũng cho Khương Duy “to gan lớn mật”, đờm lược hơn người. Nhưng trong mắt những bác sĩ siêu âm hay bác sĩ ngoại khoa hôm nay thì Khương Duy có thể bị viêm túi mật không do sỏi (acalculous cholecystitis) hoặc do giun chui ống mật. Chúng ta nên biết định luật Courvoisier về túi mật lớn chỉ khi chèn ép bên ngoài ống mật chủ như u đầu tụy, u Vater... Còn sỏi gây túi mật teo nhỏ do viêm từ từ nên Khương Duy có khả năng nhiều nhất là viêm túi mật cấp không do sỏi thường là do chấn thương hay thiếu máu (ischemia). Như vậy Khương Duy có khả năng bị chấn thương một cú khá nặng vào hạ sườn phải, nhất là đang đánh nhau với quân Ngụy lúc cuối truyện.

TRƯƠNG PHI MẮC BỆNH BASEDOW, TÔN SÁCH BỊ CHỨNG HOANG TƯỢNG

Tính tình nóng nảy, ngủ mất không nhắm do hai mắt lồi ra, ngay sinh viên y khoa năm thứ ba cũng có thể nghĩ ngay đến triệu chứng của bệnh bướu cổ lộ nhân: bệnh Basedow của Trương Phi. Đối với các bệnh lý thuộc tâm thần học, một nhân vật Tam Quốc khá nổi tiếng có thể đã mắc bệnh này và chết do suy kiệt dần mòn, đó là Tôn Sách, anh của thủ lĩnh Giang Đông Tôn Quyền. Rất có khả năng Tôn Sách bị chứng hoang tưởng bị hại (persecution hallucination) Trong truyện, Tôn Sách bực Vu Cát, đạo sĩ được nhân dân Đông Ngô sùng bái nên đã ra lệnh giết Vu Cát, sau đó bị oan hồn Vu Cát ám ảnh cho đến lúc chết.

Nhân vật Tam Quốc rất nhiều, nên bệnh học Tam Quốc cũng còn có thể khai thác. Các bạn thầy thuốc trẻ có thể nghiền ngẫm xem, vừa là cách ôn bệnh lý học, vừa là “mua vui cũng được một vài trống canh”. **K+SK**

Ngồi thiền chữa được

NGÔ LÊ LỢI

Cách đây 5 năm tôi không tin vào “ngồi thiền mà chữa được bệnh”. Vậy mà sau khi học thiền ở trung tâm của thầy Nguyễn Xuân Điều ở quận Cầu Giấy, Hà Nội cả vợ tôi và tôi đều khỏi các chứng bệnh nan y.

Vì năm 2008 vợ tôi có bệnh kinh niên về “hội chứng tiền đình” đã đi chữa bệnh nhiều nơi không khỏi. Bệnh kéo dài nhiều năm, từ năm 1996 đến 2008, đi khám các bác sĩ đều chẩn đoán có bệnh “hội chứng tiền đình. Sau khi học thiền ở trung tâm của thầy Nguyễn Xuân Điều thì có kết quả rất khá và có thể tự đánh giá là vợ tôi đã khỏi bệnh,

Với tôi, từ năm 2006 tôi bị huyết áp cao, uống thuốc thường xuyên mỗi ngày 1 viên coversyl-5. Đến tháng 9.2010 tôi nghỉ hưu vẫn duy trì khám sức khỏe định kỳ. Năm 2010 cơ thể lại tự sinh ra thêm bệnh tiểu đường tuýp 1, điều trị bằng thuốc Tây cứ ba tháng một lần, bệnh không giảm mà đến năm 2011 tăng lên tuýp 2. Cơ thể lại thêm bệnh gút, đại tràng, mỡ máu cao. Như vậy trong người tôi có 5 bệnh tấn công: huyết áp cao, tiểu đường tuýp 2, gút, mỡ máu cao và đại tràng. Lúc này, nhà tôi và các con tôi vận động nên đi học ngồi thiền để tự chữa bệnh và tôi cũng đồng ý.

Ngày 16.3.2012, tôi vào TP.HCM thăm con trai tôi ở quận Phú Nhuận. Cháu có làm thêm về ngành du lịch nên tôi thấy rất nhiều du khách mua vé từ sân bay Tân Sơn Nhất đi đến sân bay Phù Cát - tỉnh Bình Định. Qua tìm hiểu, du khách đến Bình Định vì nơi đây có nhiều danh lam thắng cảnh.



Lớp học thiền tại cơ sở của Thầy Nguyễn Văn Điều ở Hà Nội

Đặc biệt, ở Bình Định có suối khoáng Hội Vân, ở xã Cát Trinh, huyện Phù Cát cách thành phố Quy Nhơn 48 km về phía Tây Bắc (trên đường đi vào trường: Trường năng lượng sinh học thôn Hội Vân của cô Hồ Thị Thu). Hội Vân là một suối khoáng nóng có giá trị đối với việc điều dưỡng chữa các bệnh như thấp khớp, tim mạch, các bệnh ngoài da... Tương truyền đây là suối nước mà thần tiên ban cho một công nương trong hoàng tộc Champa để chữa bệnh, vì vậy mà con suối này còn có tên gọi là suối Tiên.

Hiện nay ở đây có viện điều dưỡng chữa bệnh với các phương pháp trị liệu cổ truyền được du khách đánh giá cao. Hồ Núi Một: Là một hồ nước ngọt lớn có mặt hồ rộng hơn 1.200 ha, ở xã Nhơn Tân, huyện An Nhơn, xung quanh hồ là suối, thác, hang động, rừng nguyên sinh, chính giữa là mặt nước hồ phẳng

lặng, trong xanh, tạo nên một khung cảnh sơn thủy sông - suối - núi - hồ hữu tình, gần cuối hồ là làng đồng bào dân tộc Bana, giúp cho du khách khám phá tìm hiểu thiên nhiên, đời sống sinh hoạt của đồng bào dân tộc và cùng tham gia các hoạt động văn hóa của đồng bào dân tộc Bana như: ca múa hát, cồng chiêng...

Ngoài ra, du khách còn đến Trường năng lượng sinh học thôn Hội Vân xã Cát Hiệp huyện Phù Cát tỉnh Bình Định của cô Hồ Thị Thu để “học thiền chữa bệnh”. Thờ gian này báo chí nói đến cơ sở của cô Thu chưa nhiều, nhưng bố con tôi đã đến trường của cô.

Tôi đến trường của cô Thu ngày chủ nhật 18.3.2012. Và nhập trường để học vào sáng thứ hai ngày 19.3. Lớp học ngồi thiền bắt đầu vào lúc 11 giờ 30, cô cho lớp ngồi thiền ngay từ buổi ban đầu với thời lượng ngồi là 35 phút. Ngày thứ ba

5 bệnh nan y



Chú Tu đang hướng dẫn cho một lớp học thiền tại quận Tân Bình, TP.HCM

vào học từ 11 giờ, ngồi thiền 50 phút. Ngày thứ tư vào học lúc 10 giờ 30, ngồi thiền 60 phút. Ngày thứ năm vào học lúc 10 giờ 30 ngồi thiền 70 phút. Ngày thứ sáu vào học lúc 10 giờ; ngồi thiền 80 phút và ngày thứ bảy vào học lúc 8 giờ, ngồi thiền 90 phút.

Những ngày đầu học ngồi thiền rất mỏi đúng như kiểu bị “tra tấn”. Cả hai chân rất mỏi, mỏi nhất là chân đặt ở bên dưới. Ngày thứ nhất tôi cố ngồi được 15 phút thì đau lắm và tôi rất nản. Nhưng nghĩ đến trong cơ thể mình có tới 5 bệnh nên phải tự cố lên. Trong thời gian học thiền cô Thu động viên: “Mọi người đến đây chắc chắn đã phải đi viện nhiều lần hoặc là bị bệnh lâu ngày không khỏi đã đi vái tứ phương, nên hôm nay về đây thì phải ráng cố lên!”. Và cũng qua 6 ngày “chiến đấu” tôi hoàn thành khóa học: gọi là “Lớp hướng dẫn căn bản cấp I+II”; 6

buổi/1 tuần (trọn gói 6 buổi).

Hôm chia tay cũng là thứ bảy - buổi học cuối cùng cô Hồ Thị Thu có căn dặn học viên về học “lớp Trung cấp nâng cao” vào ngày 1.7.2012 (chỉ có 1 buổi duy nhất vào ngày chủ nhật); Nhưng yêu cầu mỗi học viên về nhà tự ngồi thiền nhớ không bỏ tập ngày nào với thời lượng từ 30 phút trở lên hàng ngày. Và khi quay lại học chương trình nâng cao phải ngồi thiền được từ 1 giờ 15 phút trở lên.

Tôi đã tuân thủ đúng những điều cô Thu căn dặn, mỗi ngày thiền ít nhất 2 lần: buổi sáng thiền 1 giờ 15 phút đến 1 giờ 30 phút. Buổi trưa thiền ít nhất 30 phút trở lên (và nhiều hôm thiền thêm buổi tối ít nhất 30 phút).

Hàng ngày nếu không thiền cảm thấy người như thiếu cái gì và việc ngồi thiền đã thành lệ như cơm ăn nước uống hàng ngày... Cơ thể thấy rất khỏe.

Về nhà “tự ngồi thiền” được hai tháng; Sắp đến ngày 1.7.2012. Theo lời dặn của cô Thu là vào học tiếp chương trình nâng cao chỉ có một ngày. Tôi đang phân vân thì vợ con tôi nói “chỉ có một ngày mà bay vào Phù Cát nếu đi máy bay thì hơi lãng phí; thì nên xem xét đến trung tâm của thầy Nguyễn Xuân Điều mà học chương trình cũng giống cô Thu mà!”. Và tôi đã đăng ký học ở cơ sở Trung tâm Trường sinh học dưỡng sinh của thầy Điều.

Ngày 1.6 tôi đến trung tâm của thầy để học ngồi thiền. Hơn thế vào 17.7, tại bộ môn Trường sinh học dưỡng sinh học của thầy Điều ở Hà Nội có tổ chức giao lưu với thầy Trần Văn Mai từ tỉnh Bình Dương ra Hà Nội.

Thầy Điều và thầy Mai đã cho biết là: Trung tâm ở Hà Nội và các lớp dạy ngồi thiền của thầy Trần Văn Mai ở khắp các tỉnh trong cả nước cũng như của cô Thu ở Bình Định là cùng một phương pháp thiền: Sử dụng năng lượng sinh học dưỡng sinh để cơ thể tự phòng và tự điều chỉnh chữa bệnh của Tiến sĩ Đasira Narada.

Đến nay, sau khi tự ngồi thiền hơn bốn tháng, kết quả kiểm tra sức khỏe của tôi thật bất ngờ, tất cả các trị số trong người đều có kết quả rất tốt. Bước đầu các bệnh đã dừng phát triển và đang khởi dần.

Với tôi mới học và ngồi thiền trên bốn tháng nhưng thấy rất rõ tác dụng của thiền: Thiền có tác dụng điều chỉnh mọi hoạt động của cơ thể, tạo lập sự cân bằng nội tại. Ngoài tác dụng thư giãn, nó còn giúp phòng và chữa các bệnh do mất cân bằng chức năng cơ thể; điều dễ nhận thấy nhất là những chứng bệnh thường gặp như hắt hơi, sổ mũi khi giao mùa, thay đổi thời tiết bất thường, hiện tượng cúm cảm thì hầu như không thấy nữa. **K+SK**

Cải lão hoàn đồng, ước mơ trong tầm tay

NGŨ TỬ YÊN

Từ bao đời nay, con người luôn ước mong tìm ra loại thuốc trường sinh bất tử, nhưng đến nay đó vẫn là điều không tưởng. Dù vậy, với tốc độ phát triển như vũ bão của khoa học ngày nay, chống chọi bệnh nan y và kéo dài tuổi thọ là chuyện có thể làm được.

NHỮNG TÍN HIỆU KHẢ QUAN

Phần lớn các nhà chuyên môn khi đề cập đến tương lai của ngành y đều khẳng định đó sẽ là công nghệ tế bào. Trong các cuộc hội thảo y tế quốc tế về tế bào, hàng trăm nhà khoa học tham dự tin tưởng rằng, trong khoảng 5 đến 10 năm nữa, việc tạo ra tế bào gốc theo đơn đặt hàng là chuyện hết sức bình thường. Các tế bào gốc được tạo ra từ công nghệ tế bào sẽ cho phép thay thế các cơ quan nội tạng, làm trẻ hóa chúng và có khả năng chiến thắng các căn bệnh gắn với tuổi già.

Hai bác sĩ người Mỹ là Robert Goldman, Ronald Klatts, những người nghiên cứu chống lại quá trình lão hóa tuyên bố: Trong vòng 10 năm tới, cuộc sống của con người sẽ có chất lượng nhờ phát triển của ngành tế bào. Nhờ thế mà chúng ta có thể chống lại các bệnh tật như nhồi máu cơ tim, xuất huyết não, ung thư, parkinson...

Các nhà khoa học chia tế bào ra nhiều loại: Tế bào phôi (sản sinh trong quá trình thụ tinh, sau khi trứng rụng được 5 ngày); tế bào thai nhi, còn gọi là tế bào nhau thai (hình thành từ tuần thứ 9 đến tuần thứ 12 khi người phụ nữ mang bầu) và tế bào của người trưởng thành. Tế bào phôi và tế bào thai nhi do quan điểm về đạo đức học, còn nhiều tranh cãi nên ít được nghiên cứu, áp dụng. Tuy thế tại Mỹ hiện nay, có tới 1.500 ngân hàng thương mại tế bào nhau thai. Người ta khuyên khi cất rốn đưa trẻ sơ sinh, nên lấy máu ở đó gửi vào các ngân hàng này, coi như nguồn dự trữ dùng cho cả gia đình trong trường hợp bất trắc.

Riêng tế bào của người trưởng thành hiện được nhiều bệnh



Nhờ tiến bộ y học mà nhiều người cao tuổi có cuộc sống chất lượng hơn

viện tiên tiến tại châu Âu, châu Á và Mỹ ứng dụng. Một trong những phương pháp được cho là hiệu quả nhất là sử dụng chính tế bào của người bệnh. Chỉ riêng tại Mỹ, hằng năm có đến 50 nghìn người bệnh đồng ý cho sử dụng tế bào của chính mình. Chẳng hạn, từ năm 1998, các bác sĩ tại Trung tâm y học của Đại học tổng hợp bệnh viện Pittsburgh, lần đầu tiên lấy tế bào gốc của người bệnh nhồi máu cơ tim để tái tạo các tế bào chữa bệnh. Phương pháp này khá an toàn.

Tại châu Âu, bệnh viện XCell Center ở thành phố Cologne, Đức cũng ứng dụng phương pháp chữa trị vừa nêu trên. Bệnh nhân tên là Russel ở Melbourne, Úc kể cho phóng viên tuần báo *Itogi* (Nga) rằng, khi tới XCell Center chữa trị bệnh đa xơ cứng, các bác sĩ cảnh báo ngay: Đừng hy vọng chữa trị khỏi bệnh hoàn toàn, nhưng kết quả sẽ khả quan. Trước đó, trong vòng 9 năm, bệnh đa xơ cứng tăng dần và Russel phải nghỉ việc, đi lại bằng xe chuyên dụng. Đến với XCell Center, các bác sĩ xét nghiệm, lấy tế bào gốc của Russel, tái tạo chúng và tiêm vào phần não bộ phía sau. Tất cả các công đoạn này kéo dài chỉ hơn một ngày, sau đó Russel được ra về. Sau nửa năm Russel tự chống gậy đi lại. Cùng với việc tập luyện thể dục, Russel đã quay trở lại làm việc. Bác sĩ Sanches Golding ở Orlando, Mỹ cho biết, sử dụng tế bào gốc của

người bệnh là phương pháp tốt nhất để chữa trị nhiều loại bệnh như huyết áp, bệnh tiểu đường, alzheimer, parkinson... Chữa trị các loại bệnh này tại châu Âu chi phí hết trên 8 nghìn USD, còn tại Mỹ có khi lên đến 20 nghìn USD.

CHỜ ĐỢI ĐỂ... HỒI SINH

Song song với hướng chữa trị nêu trên, tại châu Âu còn phát triển phương pháp khác: Hồi sinh các cơ quan nội tạng bị lão hóa hay bị tổn thương. Phương pháp này sử dụng các trích xuất tế bào và nó được nhiều nhà khoa học ủng hộ. Chuyên gia hàng đầu của bệnh viện La Prairie, Thụy Sĩ là Adrian Haynie cho biết: Sau khi nghiên cứu kỹ chế độ ăn uống, sức khỏe người bệnh là bắt đầu có thể trích xuất. Adrian Haynie kể: “Khi chúng tôi trích xuất tế bào từ gan của một con cừu (bao gồm cả tế bào phổi và tế bào thai nhi), sau đó đưa lại vào cơ thể con người. Trong vòng từ 10-14 ngày đầu tiên dường như hệ miễn dịch bị suy yếu, nhưng sau đó lại tăng lại, cao hơn cả mức sẵn có và kéo dài suốt hai năm. Điều này giống như tạo ra sự xung động được hình thành từ sự hồi sinh”.

Tại bệnh viện La Prairie, phóng viên *Itogi* gặp nữ diễn viên ballet người Nhật Bản là Toku Kitamura. Bà Kitamura hiện 76 tuổi và vẫn thường xuyên biểu diễn. Ít ai biết được cách nay gần 5 năm, Kitamura gặp vấn đề về khớp, nhưng khi đến La Prairie được điều trị, bà đã hoàn toàn khỏe mạnh. Giờ đây, cứ hai năm một lần bà lại đến Thụy Sĩ để chữa bệnh theo phương pháp hồi sinh.

Chữa trị theo phương pháp hồi sinh còn có tại bệnh viện Siegfried Block GmbH ở Munich, Đức. Bệnh viện này có 800 con cừu giống đặc biệt, được nuôi bằng cỏ trên các núi cao ở châu Âu. Các nhà khoa học sẽ trích xuất từ chúng các tế bào cần thiết để sau đó dùng cho việc chữa trị các cơ quan nội tạng của bệnh nhân. Hoặc, phục vụ nhu cầu trẻ hóa của con người. Tại phòng thí nghiệm của Siegfried Block GmbH có tế bào của 85 cơ quan cơ thể con người. Một khóa chữa trị giao động từ 8 - 9 nghìn USD và phải lặp lại 2 năm một lần. “Hồi sinh” tại Thụy Sĩ có giá đắt hơn. Chẳng hạn, 7 ngày có thể phải chi gần 20 nghìn USD.

Các nhà chuyên môn cho rằng, bước nhảy vọt của ngành tế bào học sẽ diễn ra khi chúng ta trích xuất được tế bào gốc trong lớp da con người và sau đó nhân nó lên trong phòng thí nghiệm. Vào năm 2008, các nhà khoa học ở Đại học tổng hợp Wisconsin-Madison, Mỹ đã trích xuất từ da tế bào dạng nhau thai. Robert Lanza, chuyên gia nổi tiếng ngành nhân bản nói: “Phát minh này giống như biến một con heo thành vàng”. Bác sĩ Adrian Haynie nói: Trong một vài năm nữa rất có thể các nhà chuyên môn và các bệnh viện sẽ trích xuất thành công tế bào gốc từ da và sau đó giống như sản xuất mỹ phẩm dùng nó để làm làn da tươi trẻ. Không loại trừ, các tế bào này còn trẻ hóa các cơ quan nội tạng khác.

Trích xuất tế bào từ da cho phép tránh các quan điểm về đạo đức học và nếu thành công sẽ có thể sản xuất đại trà, ứng dụng vào chữa trị nhiều căn bệnh hay trẻ hóa các cơ quan nội tạng. Tuy nhiên, bác sĩ Adrian Haynie cảnh báo: Sẽ là thiếu trách nhiệm nếu hứa với người bệnh một kết quả kỳ diệu. Tất cả việc



Các phòng thí nghiệm tích cực nghiên cứu trích xuất tế bào để chữa bệnh

Theo đánh giá của các nhà khảo cứu Anh, hiện thế giới có khoảng 700 bệnh viện (hầu hết là tư nhân) chữa trị bệnh bằng tế bào gốc. Trong có có những nước được gọi là thành công là Trung Quốc, Mexico, Nga, Thái Lan, Brazil, Đức... Doanh thu của mỗi bệnh viện này trung bình vào khoảng 4 triệu USD/năm. Trên thế giới hằng năm có 360 nghìn cuộc phẫu thuật áp dụng tế bào gốc. Nhiều người sẵn sàng chi 30 nghìn USD đến các quốc gia khác chữa trị khi được hứa là bệnh sẽ thuyên giảm. Tuy thế không phải cuộc phẫu thuật nào cũng hiệu quả. Thành công chữa trị tại Đức cho kết quả là 30:30:30. Nghĩa là 1/3 không đem đến kết quả; 1/3 giúp bệnh tình đỡ hơn và 1/3 người bệnh sẽ khỏe mạnh hoàn toàn.

nghiên cứu chữa trị mới chỉ ở giai đoạn thử nghiệm. Không loại trừ một số trường hợp còn cho kết quả tồi tệ và chưa thể nói trước điều gì. Theo nhiều chuyên gia, phải từ 15 năm đến 20 năm nữa mới xuất hiện phương pháp trị liệu bằng tế bào gốc an toàn, hiệu quả. Không nên liều lĩnh cuộc sống của mình một cách thái quá. Nên chờ đợi hay không đó mới là vấn đề. **K+sk**



MỘT NỤ CƯỜI bằng mười thang thuốc bổ



Thưa, ở trong bánh chưng...

Thầy giáo giao bài tập cho cả lớp: Các em hãy làm một bài thơ trong ấy có từ lợn.

Tý gọt tay: Thưa thầy em có rồi ạ.

Tốt lắm, đọc cho thầy và cả lớp nghe thử coi.

- Cây nêu tràng pháo bánh chưng xanh..

- Lợn đâu?

- Thì đó, thưa thầy, thịt lợn trong cái bánh chưng xanh rồi!

Dạ, giúp nhiều lắm chứ

Một vị khách vào cửa hàng bán thuốc Nam. Sau khi xem một số vị thuốc, người này hỏi chủ của hàng: Các thứ thuốc này có hữu ích thực không?

- Dạ rất hữu ích, giúp chúng ta được nhiều lắm.

- Ông nói thử mấy ví dụ xem nào?

- Dạ, chẳng hạn nhờ chúng mà thằng con út tôi mua được chiếc Vespa, thằng thứ hai mua được chiếc Camry, còn thằng đầu thì lấy được vợ đẹp, xây nhà biệt thự đấy ạ.

!!!!!!

Bò là... bổ

Một anh chàng có tính hiếu kỳ đi qua một đám đông. Len mãi không vào được, anh ta hét to: Tránh ra, người này là bổ tôi!

Mọi người dân ra cho anh ta vào. Vào đến nơi anh ta thấy có một con bò bị xe tải cán chết.

Giấc mơ tuyệt vời

Hai người bạn ngồi trong quán bar đang kể cho nhau nghe về những giấc mơ của họ. Một người nói: Tôi mơ thấy mình đang đi nghỉ mát, chỉ có tôi, cái cần câu bên cái hồ lớn tuyệt đẹp. Thật thơ mộng làm sao.

- Tối qua, tôi cũng có giấc mơ đẹp



- người kia kể - Tôi mơ thấy mình đang trong vòng tay của hai cô gái xinh đẹp và cả bà đã có một đêm thật tuyệt!

Người đầu tiên mở to mắt nói:

- Cái gì, anh ở với hai cô gái xinh đẹp mà lại không gọi cho tôi à?

- Ồ có chứ, tôi đã gọi nhưng vợ anh nói anh đi câu cá rồi!!!



Nhà trọ dành cho... lợn

Hai khách du lịch được chủ nhà trọ dẫn vào một căn phòng bẩn thỉu, một người bấu môi: Giá thuê cái chuồng lợn này bao nhiêu?

- Cho một con lợn là 3 USD, cả hai con thì 5 USD.



Quà tặng

Chàng trai Scotland nói với người yêu: Anh mong rằng món quà mà anh sắp tặng em sẽ làm cho ngón tay em thêm xinh đẹp.

- Cám ơn anh yêu, nhưng anh đừng mua thứ đắt tiền quá nhé.

- Không đâu! Em có trông thấy một cái giữa móng tay đắt tiền bao giờ chưa...!?

Nghỉ ngơi hay làm việc?

Một du khách Anh đến đảo Corse, thấy trên bến cảng một ngư dân trẻ đang nằm trên thuyền câu hút thuốc, ngắm nhìn mây bay trên trời, ngạc nhiên, du khách hỏi: Tại sao anh không làm việc để có thêm một chiếc thuyền nữa?

- Để làm gì?

- Với số tiền có được từ con thuyền thứ hai, anh sẽ mua chiếc thứ ba, thứ tư, rồi cả đoàn thuyền.

- Rồi sao nữa?

- Với số tiền có được từ đoàn thuyền, anh có thể nghỉ ngơi.

- Vậy ông xem, tôi đang làm gì đây?

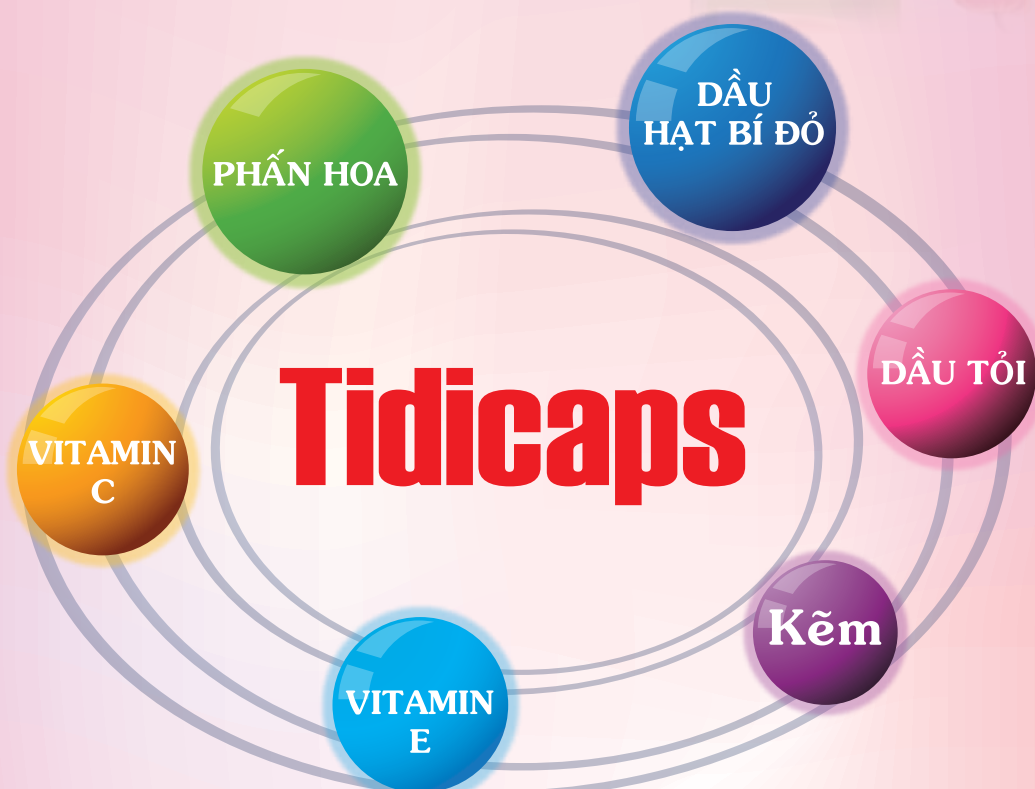
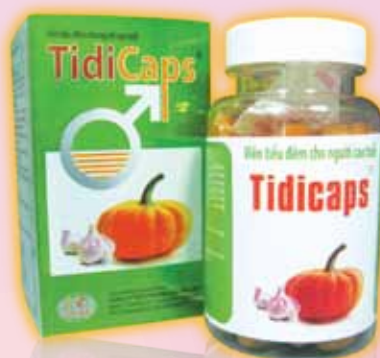
Nguyễn Anh (sưu tầm)

Ý kiến đóng góp, tin, bài cộng tác với K+ SỨC KHỎE xin gửi về email: hoangbaoquyen2@gmail.com

Hoặc theo đường bưu điện: Hoàng Bảo Quyên, A1108, C/C Quốc Cường-Giai Lai, 421 Trần Xuân Soạn, Q.7, TP.HCM - ĐT: 08.38687067 - 08.22205409

Tidicaps

Giúp hỗ trợ điều trị
rối loạn tiểu tiện cho người già



Sản phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.

- Giúp hỗ trợ điều trị u xơ lành tính tuyến tiền liệt.
- Giúp hỗ trợ điều trị chứng rối loạn tiểu tiện, đái rắt, đái buốt, són tiểu ở người già.

Sản phẩm của: **CÔNG TY TNHH TM NGÀ VIỆT**

ĐC: 644/2 Đường 3/2 P.14, Q.10, Tp. HCM

Tiếp thị và phân phối bởi: **AQUA Group**

ĐT tư vấn: 0933 248 096 - 08. 6650 3456

GPQC số: 136/2013/XNQC-ATTP



CHÓNG MẶT
HOA MẮT

ĐAU ĐẦU

TAI BIẾN
MẠCH MÁU NÃO

KHÓ NGỦ

Ù TAI

CAO HUYẾT ÁP

ĐAU THẤT
NGỰC

SUY TIM

ĐÃ CÓ



HẠ HỒI ĐƠN

Giải tỏa cơn lo lắng huyết áp

Sản xuất tại:

CÔNG TY CP DƯỢC VITYT HẢI DƯƠNG

ĐC: 102 Chi Lăng, TP. Hải Dương.

Sản phẩm của:

CÔNG TY TNHH TM NGÀ VIỆT

ĐC: 644/2 Đường 3/2 P.14, Q.10, Tp. HCM

Tiếp thị và phân phối bởi: **AQUA Group** - www.hahoidon.vn

ĐT tư vấn: 0933 248 096 - ĐT: Miền Bắc: (04) 730 30 300 - Miền Nam: (08) 730 30 300

Sản phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.