

# Dấu hiệu cảnh báo các bệnh hiểm nghèo

Có những triệu chứng tưởng chừng rất mơ hồ nhưng nếu bạn không chủ quan, sớm nhận biết và được chẩn đoán đúng, nhiều khả năng giúp bạn "thoát" được những căn bệnh hiểm nghèo.

## 1. Dấu hiệu cảnh báo ung thư

Khi ung thư vừa phát sẽ không thấy đau đớn hay có dấu hiệu nào nên các xét nghiệm tầm soát là rất quan trọng. Khi ung thư phát triển theo các loại khác nhau, các dấu hiệu cảnh báo có thể xuất hiện. Tuy nhiên, những dấu hiệu này có thể xuất phát từ nguyên nhân khác. Nên đi gặp bác sĩ. Trong nhiều trường hợp phát hiện và điều trị ung thư càng sớm càng có nhiều cơ may chữa dứt bệnh

### Ung thư bàng quang:

- Tiểu ra máu. Nước tiểu có màu đỏ sậm hay mờ nhạt, lờn cợn.
- Đau buốt khi tiểu..
- Đi tiểu nhiều lần hay tiểu gấp

### Ung thư vú:

- Cảm thấy có một cục u dày lên trong ngực, vùng xung quanh, dọc theo vùng xương cổ và dưới bầu vú hay vùng nách.
- Thay đổi kích cỡ hay hình dáng bầu vú.
- Chảy nước (không phải sữa) hay máu từ núm vú.
- Thay đổi màu sắc hay cảm giác ở da vú. Núm vú, hay quầng vú (vùng thâm xung quanh núm vú). Da vú bị co rút, nhăn hay có vảy.

Mặc dù hiếm, đàn ông vẫn có thể bị ung thư vú và nếu thấy một cục trong vú nên đi gặp bác sĩ.

### Ung thư đại tràng, trực tràng:

- Thay đổi thói quen đi cầu
- Táo bón. Đi cầu nhiều lần và hay phân lỏng bất thường.
- Cảm thấy ruột luôn đầy.
- Máu nằm trong hay ngoài phân. Có thể màu đỏ sậm hay đỏ tươi.
- Phân ra hẹp hơn bình thường.
- Bao tử phình to, đầy hay co rút.
- Thường sinh hơi.
- Sụt cân không lý do.
- Mệt mỏi thường xuyên.

### Ung thư thận:

- Tiểu ra máu
- Một khối ở vùng hông
- Đau mơ hồ vùng lưng hay vùng hông
- Ho không rõ nguyên nhân trên bba tuần

### Ung thư phổi:

- Ho kéo dài, có thể là ho vì hút thuốc trở nên nghiêm trọng hơn.
- Tức ngực. Có người bị đau lưng.
- Khàn tiếng.
- Thở đứt quãng hay khó kkhè.
- Viêm phổi hay viêm cuốn phổi nhiều lần.
- Ho ra máu.
- Mệt mỏi, ăn không ngon, sụt cân.
- Cảm thấy vai, cánh tay, bàn tay yếu đi.

### Ung thư buồng trứng:

Thường không có triệu chứng sớm. Khi có triệu chứng, các dấu hiệu bao gồm:

- Sưng nề hay khó chịu vùng bụng dưới
- Cảm thấy đầy bụng sau bữa ăn nhẹ. Sụt cân và chán ăn
- Đầy bụng, khó tiêu, buồn ói
- Tiểu chảy, bón hay tiểu nhiều lần
- Chảy máu từ âm đạo

Thường thì ung thư đã phát tán ở thời điểm phát hiện

### **Ung thư tuyến tiền liệt:**

Ung thư tuyến tiền liệt giai đoạn sớm thường không có triệu chứng.  
Nếu có, các dấu hiệu này là:

- Đi tiểu nhiều lần, nhất là về đêm
- Khó tiểu, nhất là lúc bắt đầu, khó giữ lại nước tiểu hay không tiểu được
- Dòng nước tiểu yếu hay bị gián đoạn
- Đau hay cảm giác rất bỏng khi đi tiểu
- Đau khi phóng tinh
- Máu trong nước tiểu hay tinh dịch
- Đau kéo dài hay cứng vùng phía dưới lưng, hông hay bắp đùi.

### **Ung thư tinh hoàn:**

- Một khối ở tinh hoàn
- Cảm giác nặng ở bìu
- Đau âm ỉ vùng bụng dưới hay ở hang
- Đột ngột có nước ở bìu
- Đau hay khó chịu một bên tinh hoàn hay bìu
- Vú to lên hay nặng

Đàn ông từ 15 tuổi trở lên nên tự khám tinh hoàn đều đặn để phát hiện khối u hay thay đổi kích thước, hình dạng tinh hoàn

### **Ung thư họng:**

- Khàn tiếng hay thay đổi giọng nói
- Khối ở vùng cổ hay cảm giác có một cục trong họng
- Ho kéo dài
- Khó nuốt. Cảm giác nặng hay rất bỏng khi nuốt
- Thường xuyên bị khó tiêu và nóng ngực. Hay bị ới hay nghẹn.
- Đau trong ngực hay trong họng

## **2. Những dấu hiệu cảnh báo tiểu đường:**

1/3 người bị tiểu đường không biết mình mắc bệnh.

Nên đi gặp bác sĩ ngay nếu bạn có ít nhất một trong các dấu hiệu sau :

- Tiểu nhiều lần
- Khát quá mức
- Đói quá mức
- Sụt cân bất thường
- Mỏi mệt
- Bứt rứt
- Mờ mắt

**Ở tiểu đường loại 1**, các triệu chứng diễn ra nhanh chóng hơn. Với loại này, cơ thể không tạo được Insulin hay số lượng rất ít

**Ở tiểu đường loại 2**, các triệu chứng diễn ra chậm hơn. Cơ thể không tạo ra đủ Insulin hay tạo ra không đúng cách. Loại này thường gặp ở người trên 40 tuổi, béo phì và không tập thể dục.

Tiền tiểu đường xảy ra trước khi bị tiểu đường loại 2. Chẩn đoán và điều trị loại này giúp bạn không bị tiểu đường loại 2.

Tiểu đường có thể diễn ra âm thầm không triệu chứng. Phát hiện và điều trị sớm giúp giảm nguy cơ biến chứng

## **3. Những dấu hiệu cảnh báo lên cơn đau tim (heart attack):**

- Khó chịu ở ngực. Thường diễn ra trên vài phút hay biến mất rồi bị lại, cảm giác giống như đè ép, nặng ngực hay đau.
- Khó chịu ở nửa trên thân người. Có thể đau hay khó chịu ở một hay hai tay hay ở lưng, cổ, hàm hay vùng bao tử
- Thở gấp. Thường đi kèm với khó chịu ở ngực nhưng cũng có thể xảy ra trước đó
- Các triệu chứng khác. Bao gồm vã mồ hôi lạnh, buồn ới hay đầu óc quay cuồng

Triệu chứng thường gặp nhất ở cả nam lẫn nữ là đau hay khó chịu ở ngực... Nhưng phụ nữ thường có thêm các dấu hiệu khác như thở gấp, buồn ới và đau lưng hay đau hàm

Nếu có dấu hiệu cảnh báo đau tim, nên đi cấp cứu ngay

#### 4. Những dấu hiệu cảnh báo đột quỵ (stroke):

- Đột ngột bị tê hay yếu ở mặt, tay hay chân, đặc biệt ở một bên người
- Đột nhiên bị lẫn lộn, khó nói chuyện hay nói bậy bạ vô nghĩa
- Đột ngột khó nhìn ở một hay hai mắt
- Đột ngột khó đi, chóng mặt, mất thăng bằng hay không phối hợp được
- Đột ngột như; c đầu dữ dội không rõ nguyên nhân.

Đây là hướng dẫn chung. Nếu bạn có nhiều nguy cơ bệnh tật, các xét nghiệm nên làm sớm hơn. Các xét nghiệm phụ trợ như tầm soát tiểu đường hay tăng nhãn áp cũng có thể cần thiết. Nên theo chỉ dẫn của bác sĩ.