

Thói quen hút thuốc là nguyên nhân hàng đầu gây tụy vong

Tác Giả: VOA

Thứ Bảy, 18 Tháng 8 Năm 2012 05:06

“Không hút thuốc thì chết có thể gây phình đại tràng, cũng tại hội thi sinh mổ ng nh thói quen hút thuốc lá.”



Chuyên viên Y tế Công cộng kêu gọi mọi người tập thể dục 150 phút mỗi tuần bằng những động tác đơn giản để tiêu thụ calo một chút

Các chuyên gia y tế công cộng nói rằng không hút thuốc thì chết là nguyên nhân gây tụy vong hàng đầu trên thế giới.

Các chuyên gia cũng tính tình trạng không hút thuốc thì chết đóng vai trò chính gây ra từ 6 tới 10% các trường hợp tụy vong vì những bệnh không truyền nhiễm. Trong số này có thể kể những bệnh như tim mạch, tiểu đường, ung thư vú và ung thư trực tràng.

Bà I. Min Lee thuộc Khoa Y Tế Công Cộng Trường Đại Học Harvard làm việc với một nhóm khảo cứu tình trạng không hút thuốc thì chết. Bà nói rằng những phát hiện của nhóm có tính cách báo động và thậm chí có thể đánh giá thấp vấn đề này.

“Không hút thuốc thì chết có thể gây phình đại tràng, cũng tại hội thi sinh mổ ng nh thói quen hút thuốc lá.”

Các nhà khảo cứu đã so sánh dữ liệu về hút thuốc thì chết với tổng số bệnh tử tại 122 quốc gia. Bà Min Lee nói:

“ Khi phân tích, chúng tôi xét tới nguy cơ đối mặt bệnh khi tìm hiểu những thói quen có thể liên

Thiếu hụt dinh dưỡng là nguyên nhân hàng đầu gây thiếu hụt vitamin

Tác Giả: VOA

Thứ Bảy, 18 Tháng 8 Năm 2012 05:06

hầu hết tính trung bình không đủ dinh dưỡng cho tất cả. Thí dụ, ta biết rằng người thiếu hụt dinh dưỡng thì có lượng sắt ít hút thuốc hơn. Thêm nữa, chúng tôi xác định rằng bệnh mãn tính có liên quan tới tình trạng ít đủ dinh dưỡng cho tất cả, ngoài chuyển hóa năng lượng thì năng lượng thiếu hụt dinh dưỡng thì người có khuynh hướng ít cân nặng hơn.”

Ông Harold Kohl thuộc Khoa Y Tế Công Cộng Trường Đại học Texas cũng soạn một phức tạp trình bày về bệnh. Ông nói tình trạng thiếu dinh dưỡng cho tất cả phần lớn của công nhân như là một thách thức trên thế giới.

“Chúng ta phải thừa nhận rằng người có các quốc gia có thu nhập cao ít đủ dinh dưỡng tay chân nhất trên thế giới, nhưng các quốc gia có thu nhập thấp và trung bình cũng vậy, thậm chí khi nhìn kinh tế của họ dường như thịnh vượng.”

Ông Kohl nêu lên những chi phí đáng kể kêu gọi tiếp tục giảm thuốc lá và rượu. Ông nói đã từng lúc đi xem không đủ dinh dưỡng cho tất cả là một mối đe dọa lớn cho y tế công cộng.

“Vấn đề không phải chỉ có báo cáo những gì nào đó hãy đủ dinh dưỡng cho tất cả, nhưng vấn đề là chúng ta đổ thuốc vào các phòng thí nghiệm chuyên chế, cách thiết kế thành phố và khu xóm, để tiếp tục giảm tiếp tục giúp dân chúng năng lượng thiếu dinh dưỡng cho tất cả họ trong khu xóm của họ, để nhìn thấy là đi bộ tới cửa hàng hay đi dạo ngoài trời và đi bộ bè và gia đình vân vân.

Nhưng vấn đề môi trường rằng rằng ngày càng rõ ràng có tầm quan trọng hàng đầu của nó.”

Bà I. Min Lee đồng ý và kêu gọi mọi người tiếp tục dành 150 phút mỗi tuần bằng những động tác thể dục để đốt cháy calo một chút:

“Bạn cần đi bộ gì bạn có thể làm được thôi! Ngay cả khi bạn không đốt được 150 phút mỗi tuần, một ít cũng tốt hơn là không và thì tốt hơn là một ít.”

Bà dự trữ cả 4 năm sẽ trở lại cuộc sống của bạn này để đưa ra một phức tạp trình bày về tình hình bệnh tật cho chúng ta biết thế giới khi nào sẽ ra sao.