

**Ths. Lê Thị Đĩnh – Khoa ICU**

Một nghiên cứu mới đây đã tìm thấy mối liên hệ giữa tình trạng thiếu hụt vitamin C và sự gia tăng nguy cơ xuất huyết não (ICH).

Trong một nghiên cứu bệnh chứng, các nhà nghiên cứu đã tìm thấy tình trạng thiếu hụt vitamin C ở các bệnh nhân xuất huyết não là phổ biến hơn nhiều so với những người khỏe mạnh.

"Nghiên cứu ban đầu này cho thấy nồng độ vitamin C trong huyết tương thấp là một yếu tố nguy cơ xuất huyết não tự phát", Tiến sĩ y khoa Stephane Vannier, người đứng đầu nhóm nghiên cứu, một chuyên gia về thần kinh học tại Bệnh viện Đới học Pontchaillou, Rennes, Pháp, nói với Medscape Medical News.

**xuất huyết dưới màng nhện**



"Mối liên quan này có lẽ liên quan đến vai trò của vitamin C trong việc điều hòa huyết áp và sinh tổng hợp collagen," mặc dù các yếu tố khác cũng có thể đóng một vai trò, tiến sĩ Vannier nói.

Theo ông, những phát hiện này đã cung cấp cơ sở lý luận cho các thử nghiệm lâm sàng để kiểm tra hiệu quả của việc bổ sung vitamin C trong việc ngăn ngừa đột quỵ xu hướng huyết áp và giảm thiểu nguy cơ biến chứng nhồi máu cơ tim ở bệnh nhân xu hướng huyết áp.

Kết quả sơ bộ của nghiên cứu lớn đầu tiên được công bố vào tháng Hai và đã được thuyết trình tại Hội nghị về bệnh kinh mạch của Hoa Kỳ (AAN) tại Hội nghị thần kinh niên lần thứ 66.

### CÁC YẾU TỐ NGUY CƠ CHO XU HƯỚNG HUYẾT NÃO

Các nghiên cứu bệnh - chứng, tiến cứu bao gồm 135 người tham gia, những người có những dữ liệu vitamin C huyết tương trung bình là 45,8 mmol / L. Trong số những người tham gia nghiên cứu này, 41% có mức tình trạng vitamin C bình thường (hơn 38 mmol / L), 45% cho thấy mức độ suy giảm (11-38 mmol / L), và 14% là thiếu hụt nghiêm trọng (ít hơn 11 mmol / L).

Những dữ liệu vitamin C thấp hơn đáng kể trong số 65 người tham gia đã trải qua tình trạng xu hướng huyết não và phát hiện so với 65 người khỏe mạnh. Tuy nhiên, Tiến sĩ Vannier và các đồng nghiệp của ông đã tính toán các nguy cơ khác biệt.

Nghiên cứu cho thấy yếu tố nguy cơ mạnh mẽ nhất đối với xu hướng huyết não là tăng huyết áp ( $P = 0,008$ ), uống rượu ( $P = 0,023$ ), và thừa cân ( $P = 0,038$ ).

Thiếu vitamin C làm gia tăng nguy cơ nhồi máu cơ tim bằng cách thay đổi đáp ứng miễn dịch, tình trạng này cũng có thể có tác động khác đến các quá trình chuyển hóa khác. Vitamin C (axit ascorbic) là một chất chống oxy hóa hiệu quả và có thể chống lại stress oxy hóa đóng một vai trò trong nguyên nhân của bệnh tăng huyết áp. Tiến sĩ Vannier lưu ý rằng hầu hết bệnh nhân tăng huyết áp trong nghiên cứu đều có tình trạng nồng độ vitamin C.

## Những dữ liệu vitamin C huyết tương liên quan đến xu hướng huyết não

Vị trí bài Biên tập viên

Thứ ba, 10 Tháng 6 2014 10:04 - Lần cập nhật cuối Thứ ba, 10 Tháng 6 2014 12:31

---

Không như những dữ liệu vitamin C có thể làm tăng nguy cơ xơ vữa động mạch và bệnh tim, cũng như bệnh tăng huyết áp.

"Vitamin C làm giảm huyết áp, có thể phần nào giải thích mối liên hệ giữa trái cây, rau quả và tỷ lệ vong do đột quỵ", tiến sĩ Vanier nói. "Hơn nữa, acid ascorbic góp phần vào quá trình sinh tổng hợp và điều hòa collagen, trong đó có collagen màng cơ bắp type IV của hệ thống mạch máu. Sự suy giảm vitamin C sẽ làm mất ổn định và rời rạc sinh tổng hợp collagen, làm mất đi tính hỗ trợ các cơ quan, mà có thể dẫn đến xu hướng huyết não."

### TĂNG CƯỜNG THU NHẬN VITAMIN C

Các tác giả nghiên cứu thực hiện một số quan sát quan trọng khác. Chẳng hạn, thời gian lưu trú của bệnh nhân huyết não trong các đơn vị chăm sóc thận kinh nghiệm hơn đáng kể (9,8 ngày) ở bệnh nhân với tình trạng vitamin C bình thường hơn so với những người có sự suy giảm vitamin C (18,2 ngày).

Thời gian nằm viện kéo dài còn có thể là kết quả của biến chứng liên quan nghiêm trọng ở bệnh nhân có tình trạng thiếu vitamin C, tiến sĩ Vannier nói. Hơn nữa, những người có sự thiếu hụt vitamin C có thể dễ dàng giao thoa với các rối loạn da, chẳng hạn như loét, loét áp lực, và thậm chí là lành các tổn thương hiện tại.

"Các nghiên cứu lớn hơn là cần thiết để khám phá các mối liên hệ và giải thích, nhưng có vẻ như chúng ta cần phải điều trị thiếu hụt vitamin C với bổ sung acid ascorbic và tăng lượng rau quả để hạn chế nghiêm trọng và biến chứng da", tiến sĩ Vannier nói.

Yếu tố môi trường có lẽ cũng tham gia vào mối liên hệ giữa sự thiếu hụt vitamin C và xu hướng huyết não, nhưng cũng cần nhiều nghiên cứu hơn nữa về lĩnh vực này, tiến sĩ Vannier nói. Cũng theo ông, Các chuyên gia khuyên dùng 120 mg vitamin C hàng ngày. Mặc dù một chế độ ăn uống cân bằng với nhiều trái cây tươi và rau quả sẽ cung cấp một liều đầy đủ, bệnh nhân có thể cần dùng thuốc bổ sung tiêu thụ loại thực phẩm giàu vitamin, chẳng hạn như bột liều (bột cà rốt nào), có chứa khoảng 200 mg/100 g; nước cam tươi, trong đó có khoảng 60 mg mỗi 100 g; nho đen; hoặc rau mùi tây.

## Những dữ liệu vitamin C huyết tương liên quan đến xu hướng huyết não

Viết bởi Biên tập viên

Thứ ba, 10 Tháng 6 2014 10:04 - Lần cập nhật cuối Thứ ba, 10 Tháng 6 2014 12:31

---

Tiến sĩ Vannier cũng cho biết các chuyên gia không khuyên bạn nên bổ sung vitamin C nếu không có sự thiếu hụt.

Các nhà nghiên cứu lưu ý, mối liên kết tình trạng thiếu hụt vitamin C- Xu hướng huyết não là không xa vời. Hội chứng xu hướng huyết và đôi khi xu hướng nội sọ là một trong số những biểu hiện lâm sàng của bệnh Scobal, một căn bệnh tàn phá của thiếu hụt vitamin C mà đã gây ra dịch bệnh cho các thợ thuyền của những năm đã qua, những người không được tiếp cận với trái cây tươi và rau quả.

### MỘT CÂU HỎI DUY NHẤT

Trong một bình luận, Medscape Medical News tiếp cận Shyam Prabhakaran, Tiến sĩ y khoa, giáo sư về thần kinh học tại Đại học Northwestern, Chicago, Illinois, đang chờ trả lời một phiên thảo luận về bệnh mạch máu não và thần kinh can thiệp.

Tiến sĩ Prabhakaran cho biết ông đã tìm thấy điều thú vị những rủi ro sơ khai cho nó chỉ là một nghiên cứu bệnh chứng.

"Một câu hỏi duy nhất mà không được hỏi trước," ông nói. "Đó là gợi ý rằng một số tình trạng thiếu hụt vitamin C do dinh dưỡng có thể là một yếu tố nguy cơ cho ai đó tiến triển đến tình trạng chảy máu trong não, những các kết quả của phân tích được xác nhận trong một nghiên cứu tiến cứu."

Tiến sĩ Prabhakaran phản ứng đoán rằng thiếu hụt vitamin C có thể làm suy yếu mạch máu và điều này có thể dẫn đến các mạch máu dễ bị chảy máu "có lẽ trong điều kiện huyết áp cao."

Trong tình hình đó, sự thiếu hụt vitamin C có thể trong một bối cảnh là một lo ngại "tác nhân tiềm tàng," ông nói thêm.

## Nồng độ vitamin C huyết tương liên quan đến xu hướng huyết não

Viết bởi Biên tập viên

Thứ ba, 10 Tháng 6 2014 10:04 - Lần cập nhật cuối Thứ ba, 10 Tháng 6 2014 12:31

---

from *Medscape Medical News*, April 26 to

*May 3, 2014*