

Tuy là phần nhỏ nhưng lại quan trọng nhất trong cơ thể, nhưng gan rất dễ bị tổn thương bởi nhiều nguyên nhân, từ đó dẫn tới xơ gan, suy gan hoặc ung thư gan.



Ngoài rượu bia, thuốc lá, nhưng thói quen không lành mạnh trong cuộc sống hàng ngày cũng rất dễ làm hại gan.

1. Béo phì

Béo phì là một trong những nguyên nhân gây nên bệnh gan nhiễm mỡ không do rượu. Bệnh này xảy ra khi quá nhiều chất béo tích tụ trong tế bào gan.

Mặc dù khoa học chưa xác định được nguyên nhân chính xác gây bệnh này, nhưng có thể đây là bệnh liên quan đến rối loạn chuyển hóa, huyết áp cao, nồng độ triglyceride cao thường xảy ra khi béo phì.

Khi gan chứa quá nhiều chất béo còn có thể dẫn đến xơ gan, suy gan. Cho dù nồng độ chỉ trên 40-50 tuổi thì mức độ bệnh nặng, nhưng không lo ngại nếu bạn thanh thiếu niên béo phì cũng có khả năng bị bệnh.

2. Nồng độ đường

Nhiều người nghĩ uống rượu bia gây béo phì, do đó cũng nghĩ rằng uống rượu bia gây gan.

Mới đây, một nghiên cứu cho thấy người uống rượu bia một món đồ uống trở lên mỗi ngày dễ bị gan nhiễm mỡ hơn người hoàn toàn không uống. Nguy cơ này càng cao hơn nếu người đã bị béo phì, quá cân.

Trước đó, kết quả từ một nghiên cứu khác cũng cho thấy người uống hai lon đồ uống mỗi ngày trong sáu tháng sẽ bị phát bệnh gan nhiễm mỡ.

3. Thuốc chẹn Acetaminophen

Acetaminophen liều cao có thể gây suy gan, thậm chí tử vong. Không nên uống quá liều thuốc có chẹn Acetaminophen, tốt nhất chỉ nên uống duy nhất một liều thuốc có chẹn thành phần này.

Đây là thành phần có trong rất nhiều thuốc, kể cả thuốc chẹn cảm ho.

4. Các loại thuốc khác

Thuốc men cũng có thể gây hại cho gan, ví dụ như dùng anabolic steroids thời gian dài tăng nguy cơ bị ung thư gan. Heroin và cocaine cũng như các loại ma túy cũng làm hại gan. Nên tránh lạm dụng thuốc và khi nhận thấy dấu hiệu suy gan đã bị tổn thương như mệt mỏi, đau bụng, vàng da, nên khám bác sĩ.

5. Viêm gan siêu vi

Viêm gan B và C gây ra ung thư nhiều nhất. Viêm gan C truyền qua đường máu, tình dục, có thể chữa bằng thuốc nhưng thời gian nhiều người không biết mình mắc bệnh, từ đó dẫn tới tử vong.

gan, ung thư, suy gan và tế bào ung thư không được chữa trị.

Viêm gan siêu vi B thường lây truyền qua đường máu, có thể chủng ngừa bằng vaccine.

6. Bệnh di truyền

Một số di truyền cũng dẫn tới bệnh gan, ví dụ như bệnh hemochromatosis gây tích tụ sắt trong cơ thể, dẫn tới xơ gan, suy gan. Ngoài ra, bệnh tích tụ đường không chỉ hại gan mà còn tác động tới não, nội tạng khác. Tuy nhiên, các bệnh này đều có thể chữa trị.

7. Bệnh tim mạch

Khi hệ tim mạch của cơ thể không khỏe mạnh và tăng công vào gan sẽ gây ra viêm gan tim mạch. Không rõ nguyên nhân gây tình trạng này nhưng có thể do di truyền. Bệnh này thường liên quan huyết áp cao, đái tháo đường và các bệnh tim mạch khác. Xơ gan mật cũng là bệnh tim mạch liên quan huyết áp cao. Hai bệnh này có thể gây xơ gan, suy gan nếu không được chữa trị.

8. Hút thuốc

Hút thuốc làm tăng nguy cơ ung thư gan, xơ gan. Hóa chất độc trong khói thuốc có thể gây sưng viêm, xơ gan, tăng sản xuất cytokines, hóa chất làm tăng sưng viêm, gây hoại tử bào gan.

Ngăn ngừa viêm gan B và C hút thuốc còn làm tăng nguy cơ ung thư biểu mô tế bào gan.

9. Uống rượu

Đây là nguyên nhân gây bệnh gan cao nhất. Tôi khuyên cả bác sĩ cũng như không nên uống rượu mỗi ngày, nam giới không nên uống rượu hai ly.

Nguyên GDTĐ

{loadposition ads_chanbaiviet}