Suy tim, suy thận vì uống nước tăng lực liên tục

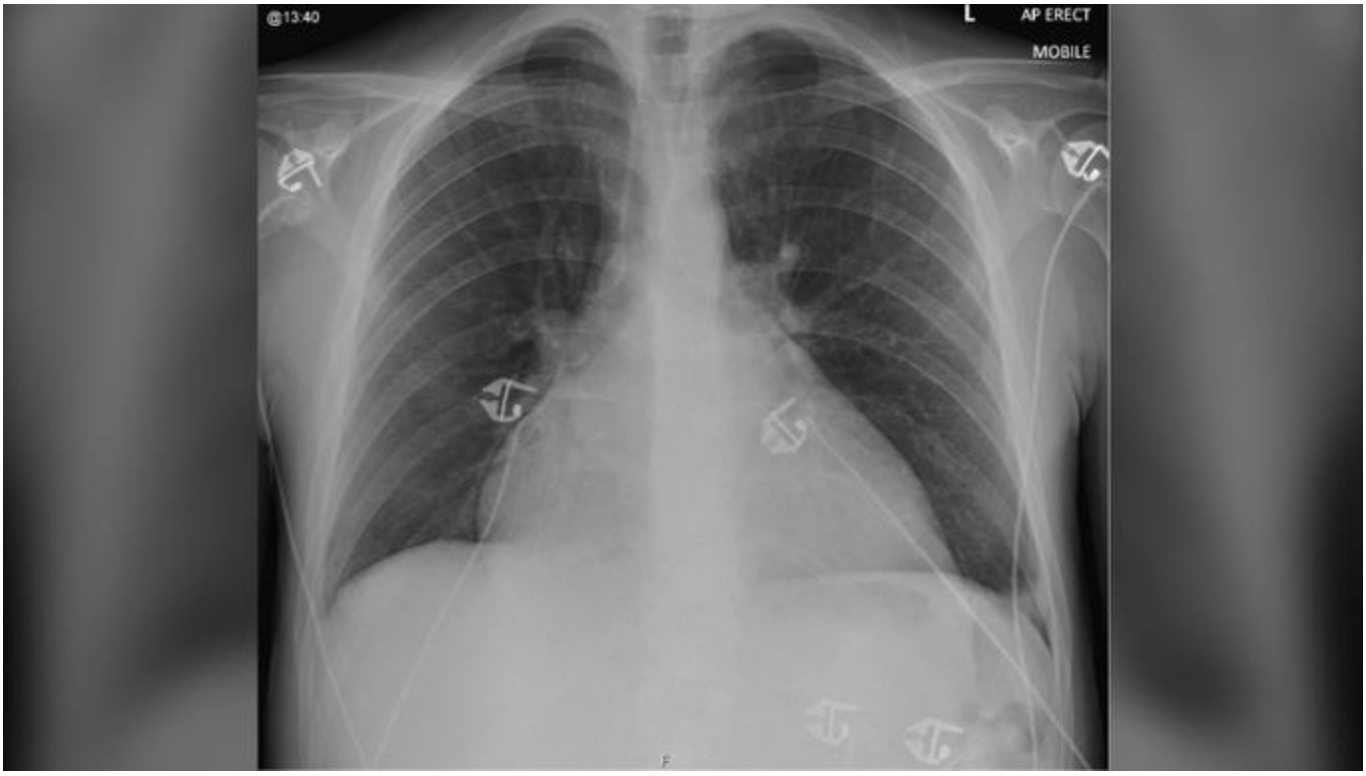
Anh thanh niên 21 tuổi bị suy tim, suy thận, phải ghép tạng sau khi uống 4 lon nước tăng lực một ngày trong suốt hai năm.

Trường hợp được nêu trong nghiên cứu của các chuyên gia Bệnh viện St Thomas, London trên tạp chí BMJ Case Report, ngày 15/4. Mặc dù đã hồi phục, bệnh nhân sẽ phải tái tạo bàng quang và ghép thận. Bác sĩ Andrew D'Silva, thành viên nhóm nghiên cứu, cảnh báo nam thanh niên có nguy cơ tử vong rất cao do suy tim hoặc đột quỵ.

Theo tác giả báo cáo, bệnh nhân uống 4 lon nước tăng lực loại 500 ml mỗi ngày, tương đương với 640 mg caffeine một ngày – vượt quá giới hạn 400 mg theo khuyến nghị của Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Mỹ (FDA). Nếu không uống nước tăng lực, anh bị đau nửa đầu nghiêm trọng.

Nhiều tháng trước khi nhập viện, chàng trai này gặp những triệu chứng như run rẩy, khó thở, tim đập nhanh và khó tiêu nghiêm trọng đến mức phải bỏ học.

58 ngày trước, người bệnh nhập viện trong tình trạng khó thở, bụng sưng to. Các bác sĩ tại Bệnh viện St Thomas thăm khám, chẩn đoán anh bị suy thận, nước tiểu không thể bài tiết đến bàng quang. Ngoài ra, người bệnh bị suy tim, gây cản trở cho khả năng bơm, nhận máu. Kết quả chụp X-quang cho thấy tim, phổi, gan của bệnh nhân giãn to. Bệnh nhân phải nằm điều trị trong phòng chăm sóc tích cực hơn một tuần và gần hai tháng tại bệnh viện sau đó.



Hình chụp X-quang ngực của bệnh nhân cho thấy tim có kích thước lớn bất thường. Ảnh: BMJ Case Reports

Vụ việc này là minh chứng cho những tác dụng phụ độc hại của nước tăng lực chứa nhiều caffeine, có thể dẫn đến các bệnh nặng và đôi khi đe dọa tính mạng.

Caffeine là chất kích thích thần kinh phổ biến nhất, an toàn khi sử dụng với liều lượng cho phép. Chất này giúp cải thiện sự tập trung, tâm trạng và năng lượng.

Tuy nhiên, tiêu thụ quá nhiều caffeine có thể gây ra các tác dụng phụ như lo lắng, tim đập nhanh và huyết áp thấp. Trong một số trường hợp nghiêm trọng, sử dụng quá liều còn gây bất tỉnh và thậm chí tử vong. Lượng caffeine vượt mức an toàn còn liên quan đến bệnh nhiễm độc axit. Tình trạng này xảy ra khi nồng độ axit trong cơ thể tăng cao, có thể gây suy thận.

Đồ uống chứa hàm lượng caffeine cao dễ dẫn đến việc tiêu thụ quá liều. Do đó, nước tăng lực ẩn chứa nhiều rủi ro hơn cà phê và trà. Theo nghiên cứu, thứ nguy hiểm nhất là bột caffeine dùng để bổ sung năng lượng khi tập thể dục và giảm cân. Một thìa bột này có thể chứa lượng caffein tương đương với hơn 50 tách cà phê.

Người bệnh cho biết: "Tôi nghĩ mọi người nên nâng cao nhận thức về nước tăng lực và tác động của nó. Sản phẩm này gây nghiện và dễ tiếp cận với trẻ em".