

Thống Mã Phong và Cao Máu

Tác Giả: BS Nguyễn Xuân Quang/ BS Võ Tấn Phát
Thứ Năm, 14 Tháng 6 Năm 2012 06:24

Thống mã phong có nghĩa là “bong phong trên lưng ngựa”.

Thống Mã Phong và Cao Máu

Bác sĩ Nguyễn Xuân Quang



Thống mã phong là gì? Thống mã phong có nghĩa là “bong phong trên lưng ngựa”. Theo dân gian Việt Nam thì có hai loại phong. Thứ nhất là bong nh gì xảy ra bong thành lình, làm chột ngón tay bong thành lình (bong đờc kờ tờ) thì bong là trúng gió. Ví dụ lên cơn đờng tim (heart attack), đờng gân máu não lẫn đờng ra chột thì cho là bong trúng gió, bong tê liệt thờn kinh mọt (Bell’s palsy) làm méo miệng cho là do trúng gió... Muốn rờa ai cho chột tờ tay thì bong hờ bong trúng gió, là « phờ i gió » (thờng phờ i gió, đờ phờ i gió mọt c toi)...Loại thờ hai là các thờ bong nh « oái ỏm » khó trờ thì gờ i là phong nhờ phong cùi, phong tình, phong giờ t, phong ngờ a, phong đờn gách...

Thống mã phong thuộc loại phong thờ nhờ t. Thống mã phong tờ m đờ ch sang Anh ngữ là “Sudden death on the saddle back”. Nói cho đờ hiờ u là chột bong đờc kờ tờ trong khi làm tình. Nếu tôi nhờ không lờ m thì trờ c đờy có mọt trờng hờ p nờ i tiờng mọt đờ o đờ Việt Nam là có mọt vờ tờng bong “trúng gió” kiờ u này, không phờ i đờ sa trờng (da ngờ a bong thờy) mà đờ mọt quân trờng. Đờng y có thờ giờ i thích theo quan niờm là bong “phong” cờ a y lý phờng Đờng. Có ngờ đờ i bong cách chờ a trờ cờ p thờ i theo phong cách Đờng Y hay nhờ t là ngờ đờ i nờ nhờ ngay mờ y sờ i lờng gờ n hờ u mờn cờ a ngờ đờ i “bong trúng gió ngờ a” thì có thờ cờ u đờ đờ c. Tây Y dĩ nhiên giờ i thích và chờ a trờ theo mọt cách khác. Trong khi làm tình, nhờ p tim và áp huyờ t tăng cao. Huyờ t áp có trờng hờ p quá nhờ y cờ m có thờ nhờ y vờ t lên tờ i 50%. Mọt thí nghiờ m làm đờ Middlesex, England cho thờ y áp huyờ t tăng cao 48% đờ phái nam và 57% đờ phái nờ khi làm tình (đờ m này cho thờ y phái nờ có nhiờ u ngờ đờ i hào hờng hờ n phái nam). Sờ gia tăng áp huyờ t này khiờ n cho mọt sờ phờ nờ bong xây xờ m, ngờ t xờ u trong khi làm tình, gây ra nhờ c đờ u khờng khiờ p đờ mọt sờ phái nam và gây ra tai biờ n mọt ch máu não hay đờng gân máu não (stroke) đờ cờ hai phái. Vì thờ bong đờng tim (heart attack) gây ra chờng thờng mã phong không phờ i là hiờ m thờ y trong lúc đờ t tờ i đờ nh cao nhờ t cờ a kích thích.

Nhờng ngờ đờ i bong cao máu không đờ nh hay đờ chao đờ o lên xuờng đờ dờng hay cao máu ác tính dĩ nhiên có nguy cờ cao hờ n ngờ đờ i có áp huyờ t bình thờng. Ngoài ra cũng nên biờ t là nhờng cuờ c phiờ u tình ái cũng có thờ phờ i trờ mọt giá cờ a chúng: chột bong đờc kờ tờ do thờng mã phong thờ y xảy ra nhiờ u trong các cuờ c ngoờ i tình (nhờng cuờ c

Thống kê Mã Phong và Cao Máu

Tác Giả: BS Nguyễn Xuân Quang/ BS Võ Tấn Phát
Thứ Năm, 14 Tháng 6 Năm 2012 06:24

phiêu lưu tình ái dĩ nhiên làm... lên máu). Chỗ c chỗ n ông tống n cũng đã chọt trên mặt mình ngả a...hoang. Hiên nhiên mặt con ngả a hoang n mà “ngả a” quá thì có nguy cơ cao bị thống kê mã phong nhiểu u h n. Còn nhống tay “phở i gió” thích quố t ngả a truy phong hay thích chuy n gió trắng dĩ nhiên chở i dao có ngày bị đở t tay, gở p lúc trái gió trở trở i cũng có nguy cơ cao bị trúng thống kê mã phong (phở i gió mà gở p trái gió thì bị trúng gió quay mòng mòng nhở trong c n gió l c bị chóng mặt lẫn quay ra ngay).

Phở i hiểu u bị nh m ở khở c phở c đở c bị nh đở dàng.

Thống kê Mã Phong (Sudden Coital Death)ở ở

BS Võ Tấn Phát

Thiở t nghĩ trở c hở t c n nhở c sở qua vở sinh lý hở c cở a sở giao hở p đở t đở có thở có sở suy đoán hở p lý vở vở n đở thống kê mã phong (TMP).

Trong hoở t đở ng làm tình có sở phở i hở p cở a hai hở thở n kinh trở c và đở i giao cở m xở y ra.

Nhìn chung, chu kở cở a phở n ở ng tình đở c n ở i con ngở ở i gở m có các giai đở n sau:

1/ giai đở n ham muở n tình đở c (libido/ sexual drive):

- do can thiở p cở a hypothalamus và limbic system tở thở n kinh trung ở ở ng.
- chở u ở nh hở ở ng bở i androgen ở hai phái. Mở c testosterone trong máu thở p có thở làm phở ở ng hở i tở i sở ham muở n này. Chích testosterone không cở i thiở n đở c khở năng làm tình.

2/ giai đở n kích thích (sexual arousal):

- kéo dài trung bình khoở ng 10 phút cho hai phái (theo các khoa hở c gia tở i McGill University Health Center, Montreal, Canada).
- kích thích có thở là phở n xở (reflexogenic) bở i sở mó bở phở n sinh đở c theo đở ở ng thở n kinh đở i giao cở m có trung tâm S2-S4 ở vùng thiêng tở y sở ng (sacral center), và làm dẫn nở mở ch máu bở phở n sinh đở c.
- kích thích có thở tở tâm linh (psychogenic/ imaginative) do suy nghĩ, tở ở ng tở ở ng, và nghe thở y (audio-visual stimuli) nhở xem phim tình đở c có âm thanh. Nó đở xuở ng trung tâm trở c giao cở m cở a tở y sở ng thân -lở ng (thoraco-lumbar), đở n các tỉở p nhở n đở i giao cở m beta (beta adrenoreceptors) gây dẫn nở mở ch máu bở phở n sinh đở c.
- đở i đở ở phái nam đở ở ng vở t cở ở ng lở n và dài ra; phái nở có mở ng đở c (clitoris) trở ở ng phình, xung huyở t các mô nhở (engorgement of labia minor), và âm đở o trở ở ng phình cùng bôi trở n ở ở t (vaginal ballooning and lubrication).
- nhở p tim, nhở p thở , và áp huyở t tăng.
- các bở p thở t toàn thân cở m thở y căng (generalized muscle tension).

3/ giai đở n kích thích cở c đở m (plateau):

- kéo dài khoở ng vài giây tở i vài phút trở ở c khi đở t đở n tình trở ng cở c khoái.
- đở c trở ng bở i sở cở ở ng to tở i đa cở a bở phở n sinh đở c.
- nhở p tim, nhở p thở , và áp huyở t tăng cao thêm.

- bước tiếp tăng thêm lên.

4/ giai đoạn climax (orgasm/ release):

- climax qua vỏ não.

- kiểm soát bởi trung tâm giao cảm.

- phái nam có sự chuyển dịch vô niệu (emission) kèm tiếp theo là sự bùng nổ tinh vọt ra ngoài (ejaculation) đi kèm với climax giác khoái lạc.

- phái nữ không có sự bùng nổ tinh, và climax giác climax khoái lạc xảy ra cùng lúc với nhúng co thắt nhả hàng cửa tiếp theo âm đạo gần phía ngoài (outer vagina) mà (ejaculation) có thể không climax hoặc hay bị trễ.

- trong giai đoạn kích thích climax và giai đoạn climax, phái nam và nữ có thể phát ra tiếng nói (vocalization) như kêu la (oh my God), rên thành tiếng, hay chửi thề văng vác.

- nhịp tim, nhịp thở, và áp huyết tăng cao gấp đôi; phái nữ có áp huyết và nhịp tim tăng cao hơn phái nam.

5/ giai đoạn nghỉ và không thể kích thích để có được thêm một climax climax (refractory period/ resolution):

- bước phục sinh climax và nghỉ.

- phái nam, climax vọt có thể climax ngay sau khi xuất tinh, nhưng phải đợi 1 thời gian thì mới có thể climax climax.

- kiểm soát bởi luồng giao cảm phát ra (sympathetic outflow) tiếp trong giai đoạn climax.

- thay đổi tùy theo cá nhân. Đàn ông trên 55 tuổi phải đợi 8 tới 12 giờ mới có thể climax climax.

- đặc biệt phái nữ, có một số ít có thể có climax liên tiếp (multiple orgasms) được tiếp giai đoạn kích thích climax (plateau) mà không kinh qua giai đoạn nghỉ nam phái.

- các bước tiếp nghỉ xả dẫn, nhịp thở, nhịp tim, áp huyết trở lại mức bình thường.

Tóm tắt về thay đổi thay đổi áp huyết và nhịp tim khi làm tình:

a/ người trẻ:

- nhịp tim gấp đôi là 115-180 mỗi phút.

- áp huyết thu tâm gấp đôi bình thường hay như 190 mmHg.

b/ người già:

- nhịp tim gấp đôi là 80-185 mỗi phút.

- áp huyết thu tâm gấp đôi bình thường hay như 150 mmHg.

Theo Drory và đồng nghiệp, huyết áp nghỉ không có bệnh thiếu máu cơ tim (ischemic heart disease) thì nhịp tim cao nhất trong giao hợp là 117 +/- 21 mỗi phút. Nhịp này nó vẫn thấp hơn nhịp tim trong lúc tiếp theo là 150 +/- 13 mỗi phút.

Cái giá năng lượng tiếp cho sự giao hợp:

- đơn vị năng lượng (metabolic equivalent): là sự năng lượng phải tiêu xài của một người nghỉ yên và không làm gì cả.

1 MET = 3.5 ml oxygen/ kg/ mỗi phút.

Nhìn chung, hoạt động làm tình bình thường không tốn cách nào mà trái tim phải làm việc để cùng cấp là khoảng 3 tới 5 METS. Đây là sự năng lượng đòi hỏi 1 công việc tưới nước cho cây khi cào lá rụng (raking leaves) trong làm vườn, hay lúc lau chùi cửa sổ.

Thống kê Mã Phong và Cao Máu

Tác Giả: BS Nguyễn Xuân Quang/ BS Võ Tấn Phát
Thứ Năm, 14 Tháng 6 Năm 2012 06:24

nhà. Năng lượng cần cho giao hợp có thể tăng cao thêm 3 METS nữa (tổng công là 8 METS) nếu như nó xảy ra với người tình nguyện là hay bị nhồi máu, và trong môi trường khác kích thích khả năng cần làm việc để cung cấp thể đa năng lượng (aerobic capacity; METS) thay đổi theo các nhóm như sau:

a/ người lớn khỏe mạnh (healthy adults): 10-12 METS.

b/ người bệnh tim loại I và II (theo phân loại của Hiệp hội tim NY) : 6-8 METS.

c/ vận động viên có sức chịu đựng (endurance athlete): 15-20 METS.

Thống kê Mã Phong (TMP, sudden coital death) đối với người Việt Nam được nghe nói và hiểu như là người đàn ông lúc đang làm tình bất chợt đột ngột với thể thối vụn nằm trên giường người đàn bà. Ueno M tìm thấy hơn 1% của các cái chết bất ngờ (sudden death) tại Nhật Bản là do làm tình gây ra.

Theo tây y, định nghĩa đột tử (sudden death) là cái chết bất ngờ xảy ra trong khoảng 1 giờ đồng hồ sau khi triệu chứng đầu tiên xuất hiện. Gần 90% các cái chết tự nhiên đột ngột (sudden natural death) có nguyên nhân đến từ tim và 80% chúng là do bệnh động mạch vành (coronary artery disease).

Như trên đã nói, hoạt động giao hợp là một công việc thể lực đòi hỏi một số năng lượng thể lực để thực hiện, và hầu hết các thể lực người lớn tuổi khỏe mạnh (healthy, fit) đều đủ khả năng để cung cấp số năng lượng này. Quan sát cũng cho thấy rằng nhịp tim đập trong lúc làm tình thì thể lực thể lực đột ngột bất ngờ với nhịp tim đập khi leo 2 cầu thang (flights of stairs). Phản ứng huyết động (hemodynamic response) trong lúc giao hợp gồm có số tăng cao áp huyết và nhịp tim trong môc sinh lý. Số tăng cao này trở nên bất bình thường và nguy hiểm cho tính mạng nếu như có thể có thêm bệnh về tim mạch (nhồi máu động mạch vành hay cao huyết áp) đã phát hiện từ trước rồi hoặc chưa phát hiện.

Trong chứng cao huyết áp với tổn thương tim (target damage) có trước, người bệnh TMP đột tử có thể do cần kháng hạ áp huyết cao (hypertensive crisis) xảy ra đang lúc giao hợp và dẫn đến rối loạn nhịp chết đột ngột (lethal dysrhythmias). Nó cũng có thể làm xuất huyết vùng chân não thấp (low brain stem) gây tổn thương trung tâm thở và điều chỉnh nhịp tim mạch, hoặc làm tách đứt lớp giữa của vách động mạch (aortic dissection) dẫn đến cái chết bất ngờ đột ngột. Người có bệnh động mạch vành tim chết vì TMP bởi vì tim không chịu được sự "stress" do tăng huyết áp và mạch khi làm tình, thể đó dẫn đến rối loạn nhịp chết đột ngột.

Đĩ nhiên các điều trình bày vừa qua chỉ là khả năng suy diễn về sinh lý và bệnh lý tim mạch. Chỉ có số khám bệnh tại hiện trường và khám nghiệm tử thi thì mới biết được chính xác nguyên nhân của TMP.

Cũng có giai thoại nói về trường hợp TMP được cứu sống ngay lập tức là do người bệnh gái trong cuộc bị hành động nhanh chóng như sau:

a/ vợ đột ngột bệnh trai nằm yên trên giường mình và tránh không xô đẩy di chuyển;

b/ lấy cây trâm cài tóc (nếu có sẵn) đâm mạnh phần nhô nhô vào chỗ vùng xương cùng của người nam;

c/ hoặc lấy tay giết mạnh các sợi lông quanh hậu môn.

Nếu TMP mà được cứu sống như nói trên, thì đây chắc hẳn là trường hợp ngất xỉu (syncope) mà nguyên nhân người lớn tuổi là thể lực do nhịp tim đập nhanh hay chậm (thể lực là do đập chậm). Hành động đâm kim trâm cài tóc hay giết lông quanh hậu môn có thể gợi ý thích là nó tạo ra loại đau nhanh (fast pain) và kích thích "hồi tỉnh năng lượng kích thích đi lên" (ascending

Thống kê Mã Phong và Cao Máu

Tác Giả: BS Nguyễn Xuân Quang/ BS Võ Tấn Phát
Thứ Năm, 14 Tháng 6 Năm 2012 06:24

reticular activating system) có a "mạng lưới" (reticular formation), và làm thc tnh ng i b x u.

Ngoài ra cái đầu này cũng kích thích h th n kinh giao c m n a.

Có m t đi u khó hi u là t i sao TMP không nghe nói x y ra p h n trong khi m ch và áp huy t c a h tăng lên cao nhi u h n p hái nam khi làm tình.

Vài h ng d n v an toàn giao h p cho ng i n tu i:

a/ tránh ăn u ng 1 gi tr c khi nh p cu c.

b/ n u đã ăn u ng r i, p i ch 2 t i 3 gi sau đó.

c/ tránh ăn quá đ hay u ng quá nhi u r u tr c khi làm tình.

d/ khi làm tình v i đ i t ng m i hay b nhí, h c trong khung c nh h i h p kích thích, thì tim p h i làm vi c nhi u thêm lên. Do đó năng l ng cho cu c mây m a này lên t i 8 METS thay vì 5 METS nh th ng l .

e/ ng i b nh i máu c tìm mà không bi n ch ng (noncomplicated MI) có th tr i làm tình 6 tu n l sau bi n c này.

f/ lý t ng nh t là n u có đ c th nghi m th d c (exercise stress test) đ bi t rõ kh năng cung c p năng l ng t i đa c a tim là bao nhiêu. N u đ t đ c 5-7 METS mà không có tri u ch ng gì thì có th giao h p tr i.

g/ n u không có ph ng ti n làm th nghi m trên , thì m t lo i th nghi m lâm sàng (clinical test) t mình có th làm đ c mà không c n qua bác sĩ nh sau:

-đi b nhanh 10 phút (120 b c/ m i phút theo sau đó là leo 2 c u thang (flight of stairs, ch ng 22 b c t ng c ng, m i b c cách nhau 17 cm), b c 2 b c cho m i giây.

- n u không có tri u ch ng khó th hay đau ng c hay m t thì có nghĩa là có th s n sàng cho h t đ ng làm tình.

h/ đ i v i ng i có b nh đau ng c kinh niên và n đ nh do tim(chronic stable angina), nên u ng nitroglycerine 15 phút, và m t li u beta blocker có tác đ ng ng n h n (short acting) 1 gi , tr c khi làm tình (theo Braunwald's Heart Disease).

BS VÕ TẤN PHÁT - QYHD-Khóa 18