

# Taking Aspirin to Protect Your Heart

Dùng Aspirin để Bảo Vệ Cho Tim của Quý Vị

Toolkit No. 20

Bộ Dụng Cụ Số 20

## What are the benefits of taking aspirin?

Các ích lợi của việc dùng aspirin là gì?

Studies have shown that taking a low-dose aspirin every day significantly lowers the risk of heart attack and stroke. Aspirin can benefit people at high risk of a heart attack, such as those with diabetes and other risk factors such as high blood pressure. It can also help people with diabetes who have had a heart attack or a stroke, or who have heart disease. However, aspirin's effects have not been studied in people under age 30.

Các cuộc nghiên cứu cho thấy là dùng aspirin với liều lượng thấp mỗi ngày giảm được đáng kể cơ nguy bị lên cơn đau tim và đột quy. Aspirin có thể hữu ích cho những người có cơ nguy cao bị lên cơn đau tim, như những người bị bệnh tiểu đường và có các yếu tố rủi ro khác như áp huyết cao. Aspirin cũng có thể giúp cho những người bị bệnh tiểu đường đã từng bị lên cơn đau tim hoặc bị đột quy, hoặc là người bị bệnh tim. Tuy nhiên, hiệu quả của aspirin vẫn chưa được nghiên cứu nơi những người dưới 30 tuổi.

## How does aspirin lower my risk for

## a heart attack?

Aspirin làm giảm cơ nguy bị lên cơn đau tim của tôi như thế nào?

Exactly why aspirin works is not completely understood, but it may be because it helps keep red blood cells from clumping together. These cells seem to clump together more readily in people with diabetes. When blood cells clump, a blood clot can form and narrow or block a blood vessel. This can lead to a heart attack or stroke.

Đúng ra thì tác dụng của aspirin vẫn chưa được hiểu hoàn toàn, nhưng có thể là vì nó giúp giữ cho các hồng huyết cầu không kết thành cục vào với nhau. Các tế bào này có vẻ như kết thành cục vào với nhau dễ dàng hơn nơi những người bị bệnh tiểu đường. Khi tế bào máu kết thành cục, hờn máu có thể hình thành và làm hẹp hoặc nghẽn huyết quản lại. Việc này có thể dẫn đến việc lên cơn đau tim hoặc đột quy.

## Is aspirin safe for everyone?

Aspirin có an toàn cho mọi người không?

Taking a daily low-dose aspirin isn't safe for everyone—it's best to ask your health care

provider whether you should take aspirin. In some people, aspirin can irritate the lining of the stomach, resulting in pain, nausea, vomiting, or bleeding. You should avoid taking aspirin if

Dùng aspirin liều lượng thấp hàng ngày không an toàn cho mọi người—tốt hơn hết là hỏi nhân viên chăm sóc sức khỏe của quý vị xem quý vị có nên dùng aspirin hay không. Nơi một số người, aspirin có thể gây khó chịu lớp bên trong bao tử, làm cho đau đớn, buồn nôn, ói mửa, hoặc chảy máu. Quý vị nên tránh dùng aspirin nếu

- you're allergic to it
- you have a tendency to bleed
- you've recently had bleeding from your digestive tract
- you have liver disease that's currently active
- you're under 21 years of age
- quý vị bị dị ứng với thuốc này
- quý vị dễ bị chảy máu
- quý vị gần đây bị chảy máu nơi đường tiêu hóa
- quý vị bị bệnh gan hiện đang hoành hành
- quý vị dưới 21 tuổi

Check with your health care provider to see whether aspirin therapy is right for you.

Kiểm lại với nhân viên chăm sóc sức khỏe của quý vị để xem cách điều trị bằng aspirin có thích hợp với quý vị không.

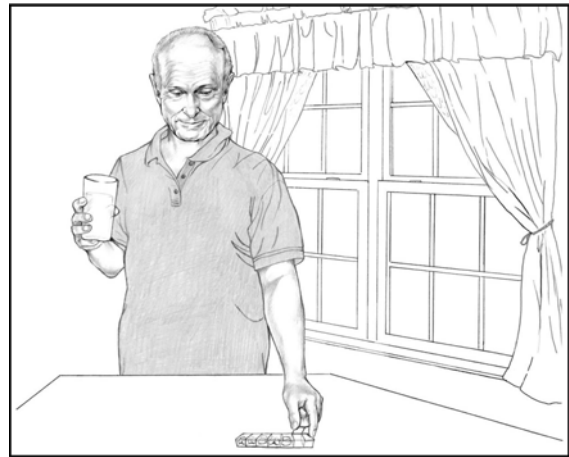
### **How much aspirin should I take every day?**

**Mỗi ngày tôi nên dùng bao nhiêu**

### **aspirin?**

Your health care provider can suggest the lowest possible dosage for you. Most people take a pill containing a dosage between 75 and 162 milligrams every day. The low-dose version may be labeled “baby aspirin.”

Nhân viên chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể đề nghị liều lượng thấp nhất cho quý vị. Đa số người ta dùng thuốc viên có liều lượng trong khoảng từ 75 tới 162 milligrams mỗi ngày. Loại có liều lượng thấp có thể mang nhãn hiệu là "baby aspirin"



Taking a low-dose aspirin daily can lower your risk for a heart attack.

Dùng aspirin liều lượng thấp hàng ngày có thể làm giảm cơ nguy bị lên cơn đau tim.

### **What form of aspirin is recommended?**

**Đề nghị nên dùng dạng aspirin nào?**

Some health care providers recommend the enteric-coated form of aspirin. This form of aspirin is coated with a substance that allows it to pass through the stomach without dissolving. Instead, the aspirin is absorbed in

the intestine, decreasing the risk of side effects.

Một số nhân viên chăm sóc sức khỏe đề nghị dùng aspirin dạng phủ ngoài để tới ruột. Dạng aspirin này được bao phủ bằng một chất giúp cho thuốc qua được bao tử mà không tan. Thay vào đó, aspirin được ngấm thấu vào ruột, giảm cơ nguy bị các phản ứng phụ.

### **Real-Life Stories from People with Diabetes**

I take an aspirin every day to protect my heart—it's one of the easiest things I do to stay healthy. To help me remember to take the aspirin and all my other pills, I use a pillbox that has a compartment for each day of the week.

Thomas D., age 80 • type 2 diabetes

### **Các mẫu chuyện về Đời Sống Thực Tế của Những Người Bị Bệnh Tiểu Đường**

Tôi dùng aspirin mỗi ngày để bảo vệ cho tim của mình —đó là một trong những điều dễ dàng nhất mà tôi làm được để giữ sức khỏe. Để giúp cho tôi nhớ dùng thuốc aspirin và tất cả các loại thuốc viên khác, tôi dùng một hộp thuốc viên có ngăn đựng cho mỗi ngày trong tuần.

Thomas D., 80 tuổi • bệnh tiểu đường loại 2



American Diabetes Association 1-800-DIABETES  
(342-2383) [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

©2004 by the American Diabetes Association, Inc. 03/04