

## **MỘT SỐ Ý KIẾN NHẬN XÉT**

Hơn 20 năm làm giáo viên, một công việc đòi hỏi tôi phải đứng giảng bài trong thời gian dài liên tục. Gần đây, sau khi tan trường, tôi thường về nhà với đôi chân nặng trĩu, tê nhức và nóng ran... Khi khám bệnh tôi mới biết mình bị hội chứng suy giãn tĩnh mạch. Đây là một bệnh mạn tính nên việc dùng thuốc theo toa hàng ngày của bác sĩ chỉ giúp làm giảm các cơn đau... Gần đây, tình cờ tôi đọc được cuốn "Chặn đứng suy giãn tĩnh mạch" của Thạc sĩ, Bác sĩ Phan Thị Mỹ Hạnh (Viện Tim TP. HCM), tôi như tìm thấy "món quà tinh thần vô giá". Điều làm tôi tâm đắc nhất ở quyển sách này là chính tác giả cũng là người bị chứng suy giãn tĩnh mạch. Vì thế, những lời khuyên nhẹ nhàng, dễ hiểu cùng các bài tập thể dục đơn giản được đúc kết từ sự trải nghiệm của cuộc sống và nghề nghiệp của tác giả đã mang đến cho tôi những kiến thức hữu ích, giúp tôi cải thiện sức khỏe, yêu đời và say nghề hơn. Nhân đây, tôi muốn bày tỏ lời cảm ơn sâu sắc đến bác sĩ Phan Thị Mỹ Hạnh - tác giả quyển sách "Chặn đứng suy giãn tĩnh mạch".

Mong rằng bác sĩ sẽ chia sẻ thêm những kiến thức thường thức về sức khỏe trong những quyển sách khác nữa trong tương lai!

**Cô Trần Quang Loan Tuyên – Giảng viên khoa  
Ngoại ngữ Trường Đại học Sài Gòn (SGU)**

Là một người tâm huyết công việc khởi nghiệp và quản trị trong lĩnh vực y tế, tôi rất tâm đắc và thán phục tinh thần phụng sự sức khỏe của Thạc sĩ, Bác sĩ Phan Thị Mỹ Hạnh (Viện Tim TP. HCM). Với kinh nghiệm làm việc tại Viện Tim TP. HCM gần 20 năm, càng đọc những trang sách, tôi mới cảm nhận được vốn kiến thức và tâm huyết của tác giả. Cuốn sách mang lại nhiều bài học, bài tập và kỹ năng nhằm chia sẻ và giúp đỡ người bệnh, thân nhân người bệnh những bài học bổ ích, đặc biệt những phụ nữ mang thai rất nên tìm đọc, những gì được chia sẻ là những trải nghiệm của chính tác giả... Ngôn ngữ cuốn sách dễ hiểu, không đậm chất bác học nên dễ dàng tiếp cận, bất kể bạn làm nghề gì, ở đâu...

**BS Phùng Thị Hồng Thắm – Công ty ZTA Việt Nam kiêm Admin Trang Quản lý BV Tư nhân và CLB Khởi nghiệp Y khoa**