

Tài liệu này hướng dẫn về các loại thuốc thông thường dùng để trị chứng tụ miễn.

Các loại thuốc này giúp trị chứng viêm sưng, làm giảm đau và có thể giúp 'làm dịu' hệ thống miễn nhiễm hoạt động quá độ để giúp nó hoạt động bình thường trở lại và ngăn chặn sự phá hủy các mô lành lặn. Nhiều loại thuốc không thấy công hiệu ngay và có thể hàng tuần hay hàng tháng sau quý vị mới thấy hiệu quả của chúng. Nếu một loại thuốc không công hiệu nhiều, thì còn nhiều loại thuốc khác có thể công hiệu hơn. Mỗi người đáp ứng với những loại thuốc họ được cho sử dụng một cách khác nhau.

Tài liệu này vẫn tất giải thích sơ lược các loại thuốc này được dùng vào mục đích gì, tác dụng của chúng, và các phản ứng bất lợi có thể xảy ra. Tài liệu không cung cấp đầy đủ chi tiết về tất cả các loại thuốc quý vị có thể dùng.

Muốn biết thêm chi tiết xin quý vị thảo luận với bác sĩ của mình.

Những nhóm thuốc chính dùng trị chứng tụ miễn:

- Thuốc giảm đau (analgesics)
- Các loại thuốc chống sưng không chứa kích thích tố (NSAIDs)
- Thuốc chứa kích thích tố nang thượng thận (Corticosteroids)
- Các loại thuốc được tổng hợp để trị phong thấp (DMARDs)

Thuốc giảm đau (Analgesics)

Thuốc giảm đau thường là loại thuốc đầu tiên bác sĩ sẽ đề nghị để giúp làm nhẹ sự đau đớn, khiến quý vị cảm thấy thoải mái hơn, năng động hơn và ngủ ngon hơn.

Các loại thuốc *Paracetamol (Panadol)* là loại thuốc giảm đau thông thường hữu hiệu trong các trường hợp đau nhẹ hay trung bình. Trường hợp đau nặng hơn, có các loại thuốc mạnh hơn chẳng hạn *panadol* phối hợp với chất *codeine (Panadeine, Panadeine Forte, Panalgesic)* và các loại thuốc có chất á phiện (opiate drugs). Những thuốc này thường cần phải có toa của bác sĩ.

Tác dụng của thuốc như thế nào? Các loại thuốc giảm đau có tác dụng ngăn chặn các dấu hiệu đau đớn một cách cục bộ, nghĩa là ngay tại nơi có viêm sưng hoặc ở não. Chúng không làm giảm sưng.

Thuốc được dùng cách nào? Thuốc có thể ở dạng lỏng, viên, nhét hậu môn, hay bằng cách chích. Chúng có thể được dùng khi cần; nghĩa là khi nào thấy đau, hoặc bác sĩ có thể đề nghị dùng thường xuyên mỗi ngày. Luôn làm theo lời khuyên của bác sĩ.

Một số phản ứng khó chịu của thuốc *Paracetamol* có ít phản ứng khó chịu khi dùng đúng theo liều lượng được chỉ dẫn. Các loại thuốc giảm đau mạnh hơn đôi khi có thể gây táo bón, buồn nôn, choáng váng, hoặc nôn mửa. Luôn dùng các loại thuốc này theo liều lượng đã được chỉ dẫn, vì dùng quá liều ấn định có thể gây hư hại đến gan.

Các loại thuốc chống viêm sưng không có kích thích tố (NSAIDs)

Các loại thuốc chống viêm sưng không có chứa kích thích tố (NSAIDs) có tác dụng làm giảm viêm, sưng ở các khớp, hạ sốt, giảm đau nhức và sự cứng khớp. Có một số loại mua không cần toa bác sĩ; những loại khác cần phải được bác sĩ cho toa.

Các loại thuốc: Có nhiều loại được bày bán trên thị trường, chẳng hạn *ibuprofen (Nurofen, Brufen)*, *naproxen (Naprosyn)* & *COX-2 inhibitors*.

Tác dụng của thuốc như thế nào? NSAIDs có tác dụng ngăn chặn không cho cơ thể sản xuất các hóa chất (các kích thích tố thuộc nhóm prostaglandins) vốn gây viêm, đau đớn và làm lên cơn sốt. Khi trong cơ thể có ít kích thích tố nhóm prostaglandins, sẽ có ít triệu chứng viêm, sưng và đau nhức hơn.

Thuốc được dùng cách nào? NSAIDs có thể ở dạng viên hay chất lỏng và được bán ở tiệm thuốc tây không cần toa bác sĩ. **LUÔN LUÔN** dùng thuốc với thức ăn để tránh các phản ứng khó chịu. Đôi khi chỉ thỉnh thoảng mới cần dùng các loại thuốc NSAIDs để giúp làm giảm đau, nhưng đối với nhiều chứng bệnh lại cần phải dùng thuốc thường xuyên. Bác sĩ sẽ hướng dẫn cho quý vị khi nào thì dùng thuốc và dùng thuốc như thế nào để trị hữu hiệu các triệu chứng của mình. Không nên dùng bất cứ loại NSAIDs nào khác ngoại trừ những loại được bác sĩ cho toa.

Một số phản ứng khó chịu của thuốc Phản ứng khó chịu thông thường nhất của nhóm thuốc này là buồn nôn, bụng dạ cồn cào, có thể từ nhẹ đến nặng. Để làm giảm thiểu các phản ứng này, bệnh nhân nên:

LUÔN dùng thuốc với thức ăn. Các phản ứng tai hại khác có thể là xuất huyết bao tử hay ruột. Nếu bị bất cứ phản ứng bất lợi nào như vừa kể quý vị nên cho bác sĩ biết ngay.



Corticosteroids (Các loại thuốc chứa kích thích tố nang thượng thận)

Các loại thuốc chứa kích thích tố nang thượng thận (corticosteroids) là những loại kích thích tố thiên nhiên do nang thượng thận (adrenal gland) sản xuất. Khi được dùng như thuốc, chúng có tác dụng chống viêm rất mạnh, và điều hòa hoạt động của hệ thống miễn nhiễm. Thông thường chúng chỉ được cho dùng với thời gian ngắn và có tác dụng làm giảm viêm sưng nhanh chóng. Đối với một số người, bác sĩ sẽ cho dùng với liều lượng nhỏ trong thời gian dài hoặc khi các triệu chứng “nở bùng”.

Các loại thuốc: Các loại thuốc có chứa kích thích tố nang thượng thận thông dụng nhất là *prednisone* (Sone, Panafcort, Predsone) hoặc *prednisolone* (Panafcortelone, Solone, Predsolone).

Tác dụng của thuốc như thế nào? Trường hợp bị chứng tự miễn, hệ thống miễn nhiễm hoạt động quá mức, các loại thuốc này có tác dụng ức chế các phản ứng của hệ thống miễn nhiễm và chống lại chứng viêm sưng thường gây ra nhiều triệu chứng.

Một số phản ứng khó chịu của thuốc Dùng thuốc trong thời gian ngắn (3-4 tuần) có ít phản ứng khó chịu. Một số người sẽ ăn nhiều hơn, hoặc tính khí thay đổi (buồn hơn hoặc vui hơn, thấy sung sức hay uể oải hơn). Những phản ứng này sẽ chấm dứt một khi ngưng dùng thuốc hoặc dùng với liều thấp hơn.

Nếu dùng các kích thích tố này trong thời gian lâu hay với liều cao, sẽ có nhiều phản ứng tai hại, chẳng hạn chậm phát triển, xương mỏng (chứng thoái cốt), lên cân, bị bệnh tiểu đường và dễ bị nhiễm trùng hơn. Đôi khi bác sĩ sẽ cho thêm các loại thuốc khác chẳng hạn thuốc có chất vôi (calcium) và sinh tố D để giúp cho xương mạnh. Vì các kích thích tố loại này gây nhiều phản ứng tai hại có tính chất lâu dài, khi nào có thể được bác sĩ thường chỉ cho dùng trong thời gian ngắn.

Thuốc được dùng cách nào? Thuốc có dạng viên, lỏng hay chích vào mạch máu, và nên dùng với thức ăn. Liều lượng cao được cho dùng trong thời gian ngắn. Tuy nhiên một khi triệu chứng đã thuyên giảm, liều sẽ được giảm từ từ theo từng giai đoạn cho đến mức tối thiểu nhưng vẫn còn công hiệu. Việc giảm liều chậm như thế này quan trọng vì nó giúp ngăn chặn các phản ứng bất lợi. Bác sĩ sẽ cho dùng kích thích tố loại này khả dĩ với thời gian ngắn nhất để giảm thiểu các phản ứng tai hại, tuy nhiên trong thời kỳ ‘bộc phát’ quý vị có thể sẽ phải bắt đầu dùng thuốc trở lại. Có khi các kích thích tố corticosteroids được chích ngay vào khớp bị viêm sưng để làm giảm viêm, đau đớn và sự cứng khớp.

Các loại thuốc tổng hợp chống phong thấp (DMARDs)

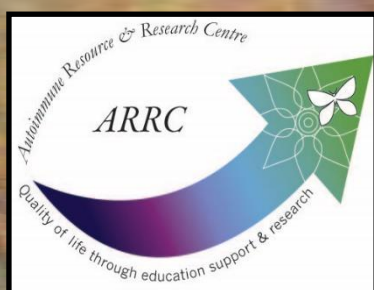
DMARDs được dùng để trị viêm sưng, đặc biệt là tại các khớp xương dẫn đến việc hủy hoại các khớp. Chúng thường được cho dùng như loại trợ dược để tăng cường sự công hiệu của các loại thuốc chống viêm sưng không có kích thích tố (NSAIDs) và loại có chứa kích thích tố nang thượng thận (corticosteroids).

Các loại thuốc: Nhóm này có một loạt các loại thuốc như – *azathioprine* (Imuran), *cyclosporins* (Cicloral, Neoral), *adalimumab* (Humira), *abatacept* (Orencia), *methotrexate* (Methoblastin) *certolizumab* (Cimzia)

Thuốc tác dụng như thế nào? tác dụng của DMARDs là ức chế phản ứng của hệ miễn nhiễm hầu làm giảm các hoạt động khiến cho hệ miễn nhiễm quay ra tấn công và hủy hoại các khớp xương lành mạnh. Có vài loại có thể ngăn chặn các chất làm cho bạch huyết cầu (có nhiệm vụ chống khuẩn trùng) hoạt động quá mức gây ra viêm khớp bằng việc tiết ra nhiều hóa chất gây viêm. Bằng việc giảm bớt các hoạt động quá mức của bạch huyết cầu, các thuốc này có thể ngăn chặn chứng viêm khớp xương.

Một số phản ứng bất lợi của thuốc Thay đổi tùy theo loại thuốc DMARD. Vì các thuốc này làm giảm sự hữu hiệu của hệ miễn nhiễm, nguy cơ bị nhiễm trùng dễ xảy ra hơn. Không nên cho các em đang dùng thuốc chủng ngừa các loại bệnh dùng vi trùng còn sống như sốt tê liệt (polio), trái rạ (chicken pox), sởi, quai bị hay ban Đức (rubella). Điều quan trọng là nên thử máu thường xuyên để theo dõi tác dụng của thuốc đối với gan hoặc những thay đổi trong số lượng huyết cầu trong máu. DMARDs có thể gia tăng nguy cơ bị nhiễm trùng, bị các chứng ung thư, tim và xương bị mỏng (osteoporosis), tuy nhiên nhiều người hưởng được sự công hiệu khi dùng thuốc. Người dùng thuốc trở nên mất cảm hơn với nắng mặt trời cũng là chuyện thường do đó sử dụng các biện pháp phòng cháy nắng cũng quan trọng. Bác sĩ có thể giải thích cho quý vị những chi tiết về các phản ứng tai hại có thể xảy ra cũng như sự hữu hiệu của thuốc. Trở nên mất cảm với nắng mặt trời cũng là chuyện thường do đó sử dụng các biện pháp phòng cháy nắng rất quan trọng.

Thuốc được dùng cách nào? Thuốc DMARDs được dùng dưới dạng viên, lỏng để uống hoặc chích dưới da. Tùy theo loại thuốc DMARD được bác sĩ cho, bệnh nhân có thể được cho dùng hàng ngày hay mỗi tuần một lần.



Trung tâm nghiên cứu chứng Tự Miễn

Điện thoại: 02 49214095

Địa chỉ thư tín: ARRC@hnehealth.nsw.gov.au

Địa chỉ trang mạng: www.autoimmune.org.au

Minh họa của Morgan Williams © 2016

*Về chính sách & thủ tục xin lên trang mạng của chúng tôi