Thuốc men và viêm khớp

Medicines and arthritis (Vietnamese)

Tờ này cung ứng thông tin tổng quát về các loại thuốc men chính dùng cho viêm khớp. Phần này cũng chỉ cách sử dụng thuốc men một cách an toàn và nên đến đâu để lấy thêm chi tiết. Tờ này không nêu đầy đủ các loại tác dụng khả hữu cho mỗi loại thuốc và quý vị nên thảo luận thêm về điều này với bác sĩ hoặc dược sĩ của mình.

Thuốc giảm đau

Thuốc giảm đau thường là loại thuốc đầu tiên mà bác sĩ sẽ khuyên dùng để giúp giảm đau. Có một số thuốc giảm đau mua không cần toa bác sĩ trong khi những thứ khác phải cần bác sĩ kê toa.

Loại: Paracetamol là một loại thuốc đơn giản nhằm giảm đau nhẹ đến trung bình. Cũng có các thuốc giảm đau mạnh hơn, như tổng hợp giữa Paracetamol và codeine, tramadol và một loạt các thuốc giống như morphine (opiates).

Tác dụng: Thuốc giảm đau tác dụng trên hệ thống thần kinh để làm giảm đau. Thuốc không có ảnh hưởng đến các triệu chứng khác như sưng khớp hoặc cứng khớp.

Cách dùng thuốc: Trong một số trường hợp, sự đau nhức có thể kiềm chế bằng cách dùng thuốc giảm đau chỉ khi nào cần đến. Đôi khi sự đau nhức được kiềm chế tốt hơn bằng cách dùng thuốc giảm đau thường xuyên, ví dụ như bốn lần mỗi ngày. Hãy hoœi bác sĩ hoặc dược sĩ để được chỉ cách nào tốt nhất để dùng thuốc giảm đau cho tình trạng của mình.

Nguy cơ: Paracetamol có rất ít tác dụng phụ khi dùng ở liều lượng khuyên dùng. Tuy nhiên nếu dùng quá hơn liều được khuyên dùng, có thể dẫn đến vấn đề trầm trọng về gan. Các thuốc giảm đau mạnh hơn cĩ thể gây ra táo bón, buồn nôn, nôn m ửa và buồn ngủ

Các thuốc chống viêm không có steroid (Non-steroidal anti-inflammatory drugs) (NSAIDs)

NSAIDs giúp giảm thiểu viêm, sưng khớp và cứng nhắc. Những thuốc này thường dùng để chữa trị các dạng viêm cuœa chứng viêm khớp, chẳng hạn như bệnh đau khớp (rheumatoid arthritis). Thuốc này cũng giúp làm giaœm đau nếu như việc chỉ dùng thuốc giảm đau (analgesics) vẫn không đủ.

Các loại: Có nhiều loại thuốc kháng viêm không có corticoid khác nhau như naproxen va ibuprofene. Có một nhóm thuốc kháng viêm không có corticoid gọi là nhóm ức chế COX-2, nhóm này ít gây ra vấn đề về dạ dày. Mặc dù một số các thuốc kháng viêm không có corticoid mua không cần toa bác sĩ, nhưng bác sĩ có thể khuyên quý vị về loại thuốc nào tốt và liều dùng thích hợp nhất cho quý vị.

Tác dụng: Các thuốc NSAIDs ngăn cơ thể tạo ra chất prostaglandins là chất làm gây viêm khớp. Việc này giúp giảm triệu chứng như sưng và đau nhức. NSAIDs không chữa khỏi hoặc có tác dụng lâu dài đối với chứng viêm khớp.

Cách dùng: Một số tình trạng có thể được kiềm chế hữu hiệu bằng cách thỉnh thoảng dùng thuốc NSAIDs, nghĩa là mỗi khi cần. Các tình trạng khác có thể cần dùng thuốc NSAIDs thường xuyên. Hãy hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ về cách thức tốt nhất để dùng thuốc NSAIDs cho tình trạng của quý vị và cách để giảm liều lượng NSAIDs nếu ít bị đau.

Nguy cơ: Luôn luôn hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ trước khi dùng NSAIDs vì thuốc này có thể gây ra các tác dụng phụ trầm trọng so với paracetamol. Nếu quý vị có vấn đề với huyết áp, tim hoặc thận thì nguy cơ đau tim, đột quỹ và suy thận có thể gia tăng đối với một số ít người. Một trong những tác dụng phụ trầm trọng nhất của NSAIDs là chảy máu bao tử và ruột non. Các dấu hiệu chảy máu gồm có đau bụng, máu trong phân (phân đậm) và chất ói có màu như cà phê. Quý vị nên gặp bác sĩ nếu có bất kỳ các dấu hiệu này trong lúc dùng NSAIDs.

Corticosteroids

Corticosteroids được dùng chữa trị các dạng sưng của chứng viêm khớp, chẳng hạn như, bệnh đau khớp (rheumatoid arthritis). Các thuốc này có thể dùng để chữa trị một khớp xương bị viêm.

Văn phòng Viêm Khớp địa phương:
1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

Arthritis AUSTRALIA
Australian Rheumatology Association

Arthritis AUSTRALIA

Loại: Các thuốc corticosteroid có thể được dùng qua dạng thuốc viên hay nước. Thuốc cũng có thể được dùng bằng cách chích vào khớp xương, cơ bắp hoặc mô tế bào mềm.

Tác dụng: Các thuốc này chống viêm khá mạnh mẽ và giúp giảm đau và sưng. Tuy nhiên chúng không chữa khỏi bệnh. Cách thức dùng thuốc: Bác sĩ sẽ cho toa liều nhẹ nhất khả dĩ cho thời gian ngắn nhất, nhằm tránh nguy cơ tác dụng phụ. Quý vị có thể cần dùng thuốc corticosteroid lần nữa trong thời kỳ 'phát nặng' (khi triệu chứng trở nên tệ hơn trong một thời gian).

Nguy cơ: Corticosteroids có thể có tác dụng phụ trầm trọng nếu dùng với liều cao trong thời gian lâu (hơn vài tuần). Bác sĩ sẽ theo dõi quý vị xem có tác dụng phụ trong lúc quý vị dùng corticosteroids. Các tác dụng thông thường bao gồm tăng cân, mỏng xương (chứng xốp xương/osteoporosis), huyết áp và dễ bị nhiễm trùng. Thuốc chích orticosteroid thường gây ít tác dụng phụ hơn so với thuốc viên.

Thuốc chống thấp-tác dụng chậm (DMARDs)

DMARDs được dùng để chữa trị các dạng viêm sưng của chứng viêm khớp, như là viêm khớp dạng thấp hay là viêm cột sống dính khớp. Thuốc kháng thấp-tác dụng chậm tác động lên hệ miễn dịch gây nên 'ức chế miễn dịch'. Sự ức chế này làm hệ miễn dịch giảm hoạt động tấn công và hủy hoại những khớp xương lành mạnh. Hiện có thêm nhóm thuốc DMARDs mới hơn, được gọi là 'thuốc chống thấp-tác dụng chậm-dạng sinh học' (biological DMARDs). Những loại thuốc này ngăn chặn các hoạt chất trong máu và trong khớp để không gây ra sự viêm. Vì thế, thuốc ngăn chặn được sự viêm và làm chậm lại quá trình hư hại khớp. Thuốc DMARDs và dạng sinh học của thuốc này cần có toa bác sĩ chuyên khoa mới mua được.

Mẹo vặt quan trọng về thuốc men

- Hiểu được tại sao quý vị dùng thuốc và những tác dụng phụ của thuốc. Hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc dược sĩ để biết thêm chi tiết.
- Luôn đọc kỹ nhãn hiệu thuốc và uống thuốc như chỉ dẫn. Nếu quý vị có câu hỏi gì, nên hỏi bác sĩ hay dược sĩ
- Hãy giữ hồ sơ cá nhân về tất cả thuốc men của mình, kể cả liều lượng và dị ứng. Điều này có thể hữu ích khi quý vị thảo luận với bác sĩ và dược sĩ.
- Luôn luôn hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ trước khi dùng thuốc nào mua thẳng qua quầy, kể cả dược phẩm thiên nhiên, bởi một số thuốc men gây ra vấn đề nếu dùng chung với nhau.
- Đừng chia sẻ thuốc men với bạn bè hoặc người thân – thuốc mà quý vị đang dùng có thể nguy hại đối với họ.

Để biết thêm thông tin

Hiệp hội Thấp của Úc (Australian Rheumatology Association) có thông tin bằng tiếng Anh về thuốc DMARDs, corticosteroids và từng loại khác nhau của thuốc DMARDs cũng như dạng sinh học của DMARDs. Tờ thông tin này trình bày thông tin chi tiết về cách dùng thuốc, tác dụng phụ và khuyến cáo khi dùng thuốc. Các thông tin này có trên trang mạng www.rheumatology.org.au

Muốn biết thông tin khách quan về các loại thuốc do bác sĩ kề toa, thuốc mua tự do và những thuốc tự nhiên do y tá chuyên nghiệp cấp, quý vị hãy gọi cho đường dây Medicals Line, đường dây này là dịch vụ điện thoại do Dịch vụ Kê toa Toàn quốc (National Prescribing Service) và Healthdirect Australia phối hợp thực hiện. Thắc mắc của quý vị có thể được giải đáp ngay hay quý vị sẽ được đề nghị đến gặp bác sĩ gia đình hay dược sĩ hoặc được kết nối với dược sĩ NPS. Điện thoại: 1300 633 424 Thứ Hai đến Thứ Sáu, 9-5 giờ. Giờ Đông bộ. Hay vào trang mạng www.nps.org.au Hãy nói chuyện với bác sĩ hay dược sĩ về loại thuốc thích hợp nhất cho chứng viêm khớp của quý vị.

LIÊN LẠC VỚI TRUNG TÂM HƯỚNG DẪN VỀ THẤP KHỚP TẠI ĐỊA PHƯƠNG ĐỂ CÓ THÊM CÁC TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN KHÁC VỀ THẤP KHỚP.

Tìm hiểu về thuốc men của mình, kể cả cách uống thuốc ra sao và những tác dụng phụ có thể xảy ra.

© Arthritis Australia 2007 giữ bản quyền. Đánh giá tháng 5 năm 2015. **Tài liệu:** Quý vị có thể tìm danh sách đầy đủ của nguồn tư liệu dùng soạn thảo tài liệu này tại văn phòng hội Viêm khớp trong vùng quý vị cư ngụ. Mạng lưới bác sĩ toàn khoa Úc (Australian General Practice Network), Hiệp hội chuyên viên vật lý trị liệu Úc (Australian Physiotherapy Association), Hiệp hội Y tá Úc (Australian Practice Nurses Association), Hội Y dược sĩ Úc (Pharmaceutical Society of Australia and Royal Australian College General Practitioners) đóng góp vào việc soạn thảo tài liệu hướng dẫn này. Chương trình này do Bộ Y tế Chính phủ Liên bang Úc tài trợ.

Chú ý: Tài liệu này do Arthritis Australia xuất bản chỉ có mục đích thông tin không nên sử dụng thay cho lời khuyên y tế.