

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.

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). Một số thuốc giảm đau được bán không cần toa, một số khác cần được bác sĩ cho toa.

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 kiểm chế bằng cách dùng thuốc giảm đau chỉ khi nào cần đến. Đôi khi sự đau nhức được kiểm chế tốt hơn bằng cách dùng thuốc giảm đau thường xuyên, ví dụ như bốn lần mỗi ngày. Hãy hỏi 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 khuyến dùng. Tuy nhiên nếu dùng quá hơn liều được khuyến dùng, có thể dẫn đến vấn đề trầm trọng về gan. Các thuốc giảm đau mạnh hơn có thể gây ra táo bón, buồn nôn, nôn mửa và buồn ngủ.

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

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

Loại: Có nhiều loại NSAID khác nhau, như thuốc ức chế naproxen, ibuprofen và COX-2. Mặc dù một số thuốc NSAID có bán không cần toa, bác sĩ có thể khuyên quý vị về loại và liều lượng NSAID nào thích hợp nhất cho quý vị.

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

Cách dùng: Một số tình trạng có thể được kiểm chế hữu hiệu bằng cách thỉnh thoảng dùng thuốc NSAID, nghĩa là mỗi khi cần. Các tình trạng khác có thể cần dùng thuốc NSAID 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 NSAID nếu ít bị đau.

Nguy cơ: Luôn luôn hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ trước khi dùng NSAID 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 quỵ và suy thận có thể gia tăng đối với một số ít người. Một trong những tác dụng phụ trầm trọng nhất của NSAID 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 NSAID.

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.

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 xẹp xương/osteoporosis), huyết áp và dễ bị nhiễm trùng. Thuốc chích corticosteroid thường gây ít tác dụng phụ hơn so với thuốc viên.

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 luôn dùng thuốc theo như chỉ dẫn. Nếu có thắc mắc gì, hãy hỏi bác sĩ hoặc 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.

HÃY LIÊN LẠC VĂN PHÒNG VIÊM KHỚP ĐỊA PHƯƠNG ĐỂ LẤY THÊM CÁC TỜ TIN LIỆU VỀ CHỨNG VIÊM KHỚP.

Hãy thảo luận với bác sĩ hoặc dược sĩ về thuốc men phù hợp cho quý vị. Tìm hiểu về thuốc, cách thức dùng thuốc và các tác dụng phụ khả hữu.

© Bản quyền Arthritis Australia 2007. Duyệt lại vào tháng 2 năm 2012. **Nguồn:** Trung tâm Hướng dẫn về Thấp khớp địa phương có liệt kê tất cả những nguồn tư liệu được tham khảo để soạn tài liệu này. Hệ thống Australian General Practice Network, Australian Physiotherapy Association, Australian Practice Nurses Association, Pharmaceutical Society of Australia and Royal Australian College of General Practitioners vào việc soạn thảo tài liệu hướng dẫn này. Chính phủ Úc cấp kinh phí hỗ trợ dự án này.

Trung tâm Hướng dẫn về Thấp khớp tại địa phương quý vị có các thông tin, tài liệu hướng dẫn và hỗ trợ cho người bị thấp khớp

Gọi số miễn phí 1800 011 041 www.arthritisaustralia.com.au

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.