



Vietnamese
Mental Health Services

Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

Hội Tâm Thần Việt Nam

越南心理保健服

Sốt Rét

(Malaria)



Bác sĩ Nguyễn Xuân Cẩm biên soạn

Lời xin phép trước
Advanced permission Request

Kính gởi Quý Báo, Tạp chí, Tác giả cùng những công trình nghiên cứu Việt Anh Pháp và Hoa ngữ có bài được trích đăng. Chúng tôi mạn phép trích đăng hoặc dịch những bài có giá trị y tế cao nhằm phục vụ đồng hương Việt nam tại VQA trong chiều hướng thông tin giáo dục và quảng bá tin tức không vụ lợi.

We would like to ask in advance permission of Newspapers, magazines and researchers that have valuable articles or studies published in this booklet. Our aim is to serve the Vietnamese Communities in the UK in terms of publicity, health education, and dissemination of information without making profits.

Đạo này các đồng hương hay về Việt Nam thăm nhà hoặc đi du lịch đến một số quốc gia, vì thế tưởng cũng nên biết qua một loại bệnh gây tác hại trầm trọng cho sức khỏe và có khi cả chết nữa. Đó là sốt rét (malaria), do muỗi *Anopheles* đốt và truyền vào người đơn bào gây bệnh, gồm 4 loại : *Plasmodium vivax*, *Plasmodium ovale*, *Plasmodium malariae* và *Plasmodium falciparum*.

Sau đây là một số dữ kiện về sốt rét :

- Trên thế giới có 300-500 triệu trường hợp xảy ra mỗi năm, gây cho từ 1 triệu đến 2.5 triệu người chết.
- Bệnh có tính địa phương (endemic) tại Đông Nam Á trong đó có Việt Nam, Ấn Độ, Trung Đông, một số nước ở Phi Châu, Trung Quốc và vài quốc gia Nam Mỹ.



■ Các vùng trên thế giới có sốt rét

- Nội ở Phi Châu không thôi, chi phí lên đến £6.5 tỉ mỗi năm cho việc chữa trị và phòng ngừa.
- Ngoài muỗi ra, bệnh có thể xảy ra qua đường máu, ví dụ truyền máu bị nhiễm đơn bào plasmodium, dùng chung kim để tiêm ma túy.
- Một số nhân vật nổi tiếng thế giới đã chết vì sốt rét là Alexander Đại Đế, Thành Cát Tư Hãn, Oliver Cromwell, vua Edward IV nước Anh ; một số khác mắc phải

nhưng được chữa khỏi là đô đốc Nelson, thánh Ghandi của Ấn Độ, văn hào Ernest Hemingway, tổng thống John F Kennedy.

- Tại VQ Anh, con số bệnh nhân lên đến 3,000 mỗi năm, phần lớn là người bản xứ đi du lịch đến các nước có sốt rét, hoặc người Ấn và Phi Châu về quê thăm nhà trở sang lại.
- Malaria do chữ Ý mà ra, mal có nghĩa là xấu còn aria là không khí, thời xưa dân ở đây tin rằng tai họa do từ không khí đưa đến.

Triệu chứng

Thời gian từ lúc bị muỗi đốt đến khi các triệu chứng xuất hiện là 1-2 tuần, một số trường hợp là cả năm đối với những ai đã uống thuốc ngừa.

Bệnh xảy ra từng cơn, trải qua 3 giai đoạn: rét run cầm cập, từ trong người rét ra nên đắp mấy chăn cũng không giảm bớt, sốt cao đến 40.5 độ C, kể đó mồ hôi đổ ra như tắm và sốt hạ xuống. Các triệu chứng kèm theo là nôn mửa, đau khớp và cơ bắp, nhức đầu như búa bổ, khó chịu và mệt lã, nước da hơi vàng.

Với đơn bào *P. vivax* và *P. ovale*, cơn sốt đến cách nhật, còn *P. malariae* thì 3 ngày một lần. Riêng *P. falciparum* gây ra tình trạng nặng và nguy hiểm nhất, tử vong lên đến 20% trong vòng vài ngày : cơn sốt kéo dài, hồng cầu nhiễm đơn bào dính lại với nhau làm tắc nghẽn mạch máu của các cơ quan quan trọng, đặc biệt là thận, hồng cầu vỡ ra hàng loạt gây thiếu máu và đại nước tiểu màu đen (blackwater fever), chức năng não bộ bị xáo trộn (cerebral malaria) đưa đến động kinh và hôn mê, gan và lách sưng to lên, suy thận và tim.

Hậu chứng của sốt rét các loại để dấy dưng không chữa là nước da nám màu chì, lá lách to lên nên dễ vỡ nếu bị đánh hoặc đụng mạnh vào bụng, rất nguy hiểm đến tính mạng nếu không được cấp cứu kịp.

Định bệnh

Bằng cách khám nghiệm máu lấy cách khoảng 6-12 tiếng đồng hồ để tìm đơn bào plasmodium và phân biệt từng loại, đếm tế bào máu, thử chức năng gan và thận.

Chữa trị

Sự chữa trị dựa trên ba yếu tố :

- Phân biệt loại plasmodium, trong đó *P. falciparum* là nặng nhất, *P. vivax* và *P. ovale* có khả năng sống trong gan một thời gian dài nên bệnh có thể tái phát, cần phải được tiêu diệt tận gốc
- Tình trạng chung của bệnh nhân như bị thiếu máu trầm trọng, đái ra máu, lên cơn động kinh, hôn mê, vàng da, suy thận, khó thở, trụy tim mạch v.v.
- Sự đề kháng của plasmodium đối với các loại dược phẩm, giúp cho việc chữa trị thêm phần hữu hiệu.

Hiện nay, thuốc được sử dụng gồm có: Chloroquine; Quinine sulfate + Doxycycline hoặc Quinine sulfate + Clindamycin; Atovaquone-proguanil (*Malarone*); Mefloquin (*Lariam*). Riêng đối với *P. vivax* và *P. ovale*, cần uống thêm Primaquine để tiêu diệt chúng ẩn nấp trong gan (Primaquine có thể gây vỡ hồng cầu nếu máu thiếu men G6PD). Một loại thuốc mới, hoạt chất



có tên là *Artemisinin* trích từ cây Quinhoa mọc ở Trung Quốc, đã tỏ ra rất công hiệu trong việc chữa trị, nhưng trở ngại lớn là quá đắt tiền.

Bác sĩ sẽ tùy từng loại sốt rét đề kháng với thuốc mà chữa trị. Ngoài ra, tình trạng chung của bệnh nhân, phụ nữ có thai, đang cho con bú và trẻ nhỏ cũng được xét đến để xử lý đúng.

Phòng ngừa

Vấn đề phòng ngừa rất quan trọng, giúp tránh được những hậu quả tai hại của sốt rét. Ngoài việc dùng mùng, thoa thuốc trên người để chống muỗi đốt, xịt thuốc diệt muỗi, mặc quần áo che kín thân ra, còn có thuốc phòng bệnh thường cần uống 1-2 tuần trước khi đi du lịch, suốt thời gian ở tại nơi đến, và sau khi trở về tiếp tục thêm trong 4 tuần lễ.

Dược phẩm ngừa sốt rét cũng giống như các loại để chữa trị và gồm có:

- Chloroquine + Paludrine, an toàn cho các bà có thai, đang cho con bú và trẻ con. Phụ chứng là có giấc mơ hãi hùng, lở mồm.
- Atovaquone-proguanil (*Malarone*). Phụ chứng : lở mồm, đi phân lỏng, ho, nhức đầu, kém ăn, ngứa ngứa trong người, khó ngủ ; những ai bị suy thận, các bà có thai và trẻ con không nên uống. Lợi điểm của thuốc là chỉ uống 1 ngày trước khi đi, mỗi ngày khi đang ở tại nơi đến và chỉ 1 tuần sau khi về.
- Kháng sinh Doxycycline, không hợp cho phụ nữ có thai và trẻ con, nên uống khi ăn để tránh tổn hại cho thực quản.
- Mefloquine (*Lariam*), có thể gây một số phụ chứng như buồn chán, lo âu, giấc mơ hãi hùng, động kinh, khó ngủ.

Nói chung, một số vấn đề chúng ta cần phải ý thức là :

- Thuốc ngừa sốt rét không bảo đảm 100% kiến hiệu. Sau khi về nhà mà bị sốt, nhức đầu nên đến khám bác sĩ ngay, kể rõ cho họ nơi mình đã đến du lịch.
- Các triệu chứng của sốt rét ban đầu dễ lầm với cảm cúm và có thể xảy ra 1 tháng hoặc hơn sau khi bị muỗi đốt.
- Cần được định bệnh nhanh và chữa trị sớm, đặc biệt là đối với *P. falciparum*.

This Booklet is published with the support of:

Department of Health

City Bridge Trust

Big Lottery Fund

South London & Maudsley NHS Trust

Lambeth, Lewisham & Southwark NHS



Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

Hội Tâm Thần Việt Nam **越南心理保健服務**

25 Fair Street, London SE1 2XF

Phone: 020 7234 0601 Fax 020 7407 7500

Email: info@vmhs.org.uk Website: www.vmhs.org.uk



Charity Registration No. 1001991 — Company Registration No. 2572955