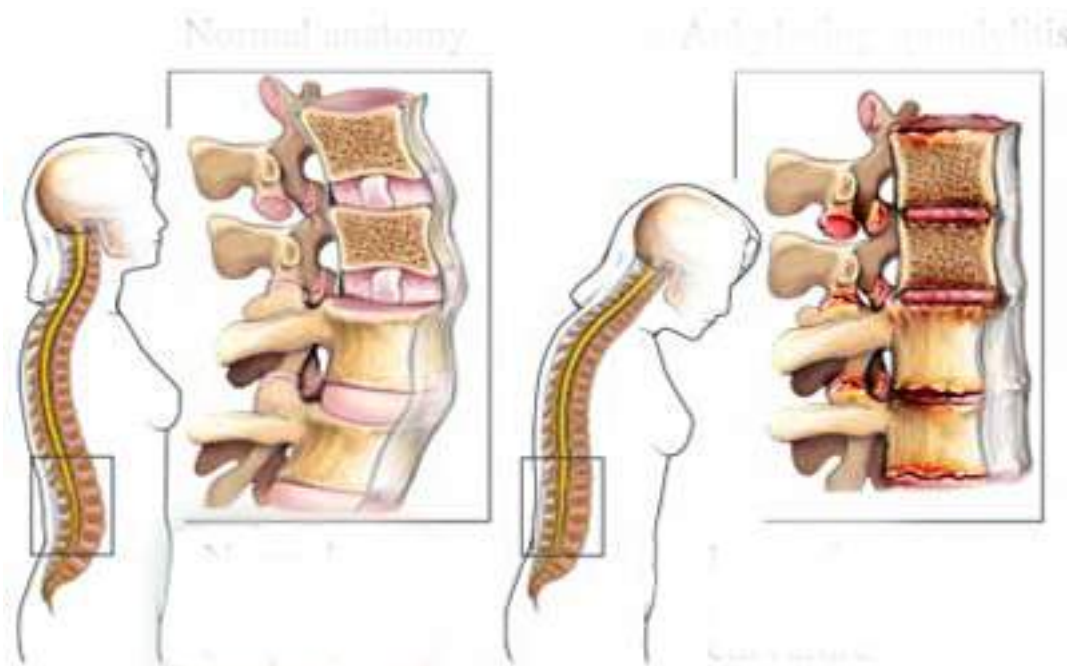


Viêm khớp dạng thấp và viêm cột sống dính khớp là hai bệnh thấp khớp mãn tính. Phát hiện bệnh sớm đã là một thách thức cho các thầy thuốc, tuy vậy, hầu hết bệnh nhân mắc bệnh thấp khớp sau khi được chẩn đoán bệnh không tuân thủ điều trị, dẫn đến tình trạng bệnh nặng.

Đặc biệt là, vào những mùa khí hậu ẩm ướt và nóng bức, nhiều bệnh nhân thấp khớp viêm khớp vì đợt tiến triển của bệnh.

Viêm khớp dạng thấp chủ yếu gặp ở nữ, thường gặp quanh tuổi tiền mãn kinh. Viêm màng hoạt dịch khớp, sự phá hủy khớp dẫn đến biến dạng khớp và dính khớp gây tàn phế, ảnh hưởng chất lượng sống của người bệnh, một khác ảnh hưởng kinh tế gia đình và xã hội.

Các thuốc điều trị bệnh có nhiều tác dụng phụ, vì vậy cần được theo dõi chặt chẽ, có sự phối hợp giữa thầy thuốc và người bệnh. Methotrexate là thuốc điều trị căn bản viêm khớp dạng thấp, thuốc kháng foli axit, một thành phần tham gia quá trình tạo máu nên bệnh nhân phải chú ý bổ sung axit folic đầy đủ. Thuốc chống viêm không steroid có ảnh hưởng trên dạ dày. Sử dụng corticoid liều cao kéo dài dễ gây loãng xương. Bệnh nhân tuân thủ tất các nguyên tắc điều trị, không ngừng bệnh được cải thiện và tránh được nhiều tác dụng phụ do sử dụng thuốc không đúng cách.



Cột sống bình thường (trái) và cột sống biến dạng trong viêm cột sống dính khớp.

Bệnh viêm loét dạ dày ruột do vi khuẩn helicobacter pylori, bệnh thường gặp thứ hai sau viêm khớp dạng thấp. Bệnh khởi phát sớm, có khoảng 85% trẻ em 30 tuổi và 5% khởi phát sau tuổi 45. Đặc trưng của bệnh loét dạ dày ruột do vi khuẩn helicobacter pylori là đau bụng và loét dạ dày.

Điều quan trọng người bệnh nên nhận thức là bệnh viêm mãn tính, vì vậy việc kiểm soát bệnh là suốt đời. Giai đoạn tiến triển của bệnh nếu không được điều trị đúng, các khớp bị phá hủy nghiêm trọng và gây loét dạ dày ruột. Trong quá trình điều trị, một số bệnh nhân có các biến chứng kèm theo của viêm loét dạ dày ruột do vi khuẩn helicobacter pylori như trào ngược dạ dày thực quản và loét dạ dày, vì vậy người bệnh nhân này thường xuyên theo dõi. Bệnh nhân mắc bệnh khớp viêm không nên ngừng điều trị bệnh khớp mà còn phải chú ý bổ sung canxi và vitamin D và điều trị bệnh phụ nhiễm.

Những lý do khiến bệnh nhân mắc bệnh viêm khớp dạng thấp và viêm loét dạ dày ruột nghiêm trọng:

Bệnh nhân chưa nhận thức được tính chất viêm loét dạ dày ruột; chưa chú ý điều trị kịp thời tiến triển của bệnh; thường xuyên uống thuốc theo sự mách bảo không chính xác; tác dụng phụ của thuốc, bệnh nhân thường xuyên uống thuốc; đau nhức và bệnh khớp dai dẳng nên bị quan trọng điều trị bệnh và cho rằng bệnh không khởi nên không chú ý kiểm soát bệnh; có bệnh loãng xương kèm theo nên chi phí điều trị cao; một thói quen ăn kiêng nghiêm ngặt để giảm đau; một số chế độ điều trị hoặc một số thay đổi chế độ ăn uống đáp ứng tốt với điều trị bệnh khớp viêm mãn tính; chưa có mạng lưới các địa chỉ chuyên khoa khớp tốt với bệnh nhân về bệnh khớp viêm mãn tính.

Mọi bệnh nhân bệnh khớp viêm mãn tính nên hiểu về bệnh của mình. Ngoài bệnh chính nhức mỏi khi còn có các bệnh kèm theo như viêm loét dạ dày, bệnh tim mạch và loãng xương. Chế độ dinh dưỡng cũng cần thiết phải tuân thủ điều trị bệnh theo bác sĩ chuyên khoa và theo dõi chặt chẽ tác dụng phụ của thuốc.

Viêm khớp dạng thấp, người bệnh cần chú ý ngoài công việc nên tạo không gian thoáng, nhẹ nhàng và có những vật dụng phù hợp trong sinh hoạt cho người bệnh viêm khớp dạng thấp. Đặc biệt chú ý chọn giày dép đi cho phù hợp bàn chân của bệnh viêm khớp dạng thấp.

Viêm loét dạ dày ruột, người bệnh nên chú ý tập luyện thể dục xuyên các bài tập dành cho người bệnh viêm loét dạ dày ruột, bệnh cũng rất tốt. Tránh mang vác nặng, ngồi lâu như hàng ngày

Cố gắng

Sở y tế hỗ trợ các bệnh nhân với thầy thuốc có nhiệm vụ cho bệnh nhân nhận thông tin. Trên cơ sở tìm hiểu bệnh qua trang web và sách báo, điện thoại và bác sĩ điều trị, viết thư trao đổi sẽ giúp người bệnh vượt qua những nỗi lo âu.

TS. Mai Thị Minh Tâm (Khoa Xét nghiệm huyết học - Bệnh viện E Trung Ương)