

# Bệnh lao (TB) – chúng ta điều trị như thế nào?

Đọc phần này.  
Đây là cách bạn sẽ  
được chữa khỏi.

Bạn sẽ được chữa khỏi  
nếu uống thuốc đều  
đặn mỗi ngày trong suốt  
quá trình điều trị.

Bạn không ở  
một mình,  
chúng ta hãy cùng  
nhau làm cái này.



Bạn đã được chẩn đoán mắc bệnh lao (TB). Bệnh này do vi khuẩn có tên là *Mycobacterium tuberculosis* gây ra. Bệnh lây truyền qua không khí từ người này sang người khác.

Thuốc có thể chữa vi khuẩn bệnh lao. Bạn sẽ được chữa khỏi nếu bạn dùng thuốc theo chỉ dẫn của bác sĩ trong suốt quá trình điều trị.

### Tờ rơi này chỉ đề cập đến việc điều trị bệnh lao nhạy cảm với thuốc.

Nếu bạn bị nhiễm vi khuẩn lao và mắc bệnh lao hoạt động:

- Trong hầu hết các trường hợp, vi khuẩn lao nhạy cảm với thuốc lao (thuốc). Để bị có nghĩa là tất cả các loại thuốc lao đều có thể tiêu diệt vi khuẩn. Việc điều trị bắt đầu bằng sự kết hợp của 4–5 loại thuốc và tiếp tục với 2–3 loại thuốc cho đến khi kết thúc. Việc điều trị kéo dài khoảng 6 tháng.
- Trong một số trường hợp, thuốc lao không tác dụng với vi khuẩn lao. Bạn cũng có thể bị lao kháng thuốc nếu có nhiều lần gián đoạn. Việc điều trị bao gồm sự kết hợp của 4–7 loại thuốc. Việc điều trị kéo dài khoảng 2 năm.

### Việc điều trị diễn ra như thế nào?

Quá trình điều trị được bắt đầu tại bệnh viện. Nếu bệnh lao của bạn có thể lây lan sang người khác, bạn sẽ bắt đầu quá trình điều trị tại phòng cách ly. Đồng thời, nhân viên y tế sẽ nghiên cứu đờm của bạn để đảm bảo rằng sự kết hợp các loại thuốc của bạn có hiệu quả. Khi không còn nguy cơ lây nhiễm cho người khác và bạn cảm thấy khỏe, bạn sẽ tiếp tục dùng thuốc tại nhà.

Quá trình điều trị thường bắt đầu bằng 4–5 loại thuốc. Bạn sẽ cần phải dùng nhiều loại

thuốc khác nhau vì các loại thuốc kết hợp với nhau sẽ có tác dụng tiêu diệt vi khuẩn mạnh hơn. Vi khuẩn có thể phát triển khả năng kháng thuốc đối với một loại thuốc cụ thể và sau đó loại thuốc này không còn tác dụng nữa. Một số loại vi khuẩn phát triển chậm và không thường xuyên. Bạn phải dùng thuốc đủ lâu để tất cả vi khuẩn chết và bạn sẽ được chữa khỏi.

Thuốc có tác dụng tốt nhất nếu bạn uống khi bụng đói, thường là khoảng 2 giờ sau bữa sáng. Sau khi uống thuốc, bạn có thể ăn lại sau khoảng nửa giờ.

Thông thường sau 2–3 tháng điều trị, bác sĩ sẽ cắt giảm số lượng thuốc. Bạn phải đến bệnh viện thường xuyên để nhân viên y tế có thể theo dõi quá trình điều trị và tác động của nó đến sức khỏe của bạn. Bạn phải lấy mẫu máu mỗi 1–2 tháng. Bạn sẽ chụp X-quang một vài lần trong quá trình điều trị và khi kết thúc điều trị.



### Bạn không ở một mình – bạn sẽ được hỗ trợ trong suốt quá trình điều trị

Tất cả bệnh nhân lao đều có quyền được điều trị trực tiếp có sự hỗ trợ và hướng dẫn. Bác sĩ và y tá chịu trách nhiệm về thuốc men, sức khỏe và quá trình chữa bệnh của bạn. Bạn cũng có thể đến thăm một nhân viên xã hội và một y tá tâm thần tại bệnh viện.

Đôi khi việc uống thuốc có thể khiến bạn cảm thấy khó khăn hoặc bạn có thể quên uống thuốc. Bạn cũng có thể bị tác dụng phụ từ thuốc. Đây là lý do tại sao y tá của bạn sẽ theo dõi cảm giác của bạn và y tá sẽ có mặt khi bạn uống thuốc tại bệnh viện và sau thời gian nằm viện. Bạn và y tá sẽ đồng ý về cách bạn uống thuốc tại nhà. Thông thường, bạn sẽ gặp y tá của mình 5–7 lần một tuần.

Tùy thuộc vào hoàn cảnh sống của bạn, bạn có thể đến trạm y tế để uống thuốc hoặc, ví dụ, tại cơ sở chăm sóc sức khỏe trường học hoặc cơ sở chăm sóc sức khỏe nghề nghiệp. Một y tá chăm sóc tại nhà cũng có thể cho bạn uống thuốc tại nhà nếu tình trạng của bạn yếu. Điều này đảm bảo để bạn được chữa khỏi. Đồng thời, điều này sẽ ngăn ngừa vi khuẩn kháng thuốc.



### Thuốc của bạn để điều trị bệnh lao

Các loại thuốc sau đây được sử dụng để điều trị bệnh lao: isoniazid (tên thương mại là Tubilysin), rifampicin (Rimapen hoặc Eremfat), pyrazinamide (Tisamid), ethambutol (Oributol) và streptomycin (Streptomysin hoặc Streptofatol). Trong một số trường hợp, levofloxacin (Tavanic) cũng được sử dụng.

### Hãy cho bác sĩ biết mọi thông tin quan trọng về bạn

Khi bác sĩ lập kế hoạch dùng thuốc và theo dõi cho bạn, bác sĩ cần biết những điều sau đây về bạn:

- tên của tất cả các loại thuốc, sản phẩm hữu cơ và thực phẩm bổ sung dinh dưỡng mà bạn đang sử dụng
- tất cả các bệnh được chẩn đoán
- dị ứng thuốc đã được nhận diện trước đây
- rối loạn gan hoặc thận đã được nhận diện trước đây
- các vấn đề đã được xác định trước đó về thị lực hoặc thính lực, chẳng hạn như mù màu, thính lực yếu hoặc ù tai
- mang thai và cho con bú

- + Các xét nghiệm lao, chăm sóc tại bệnh viện, thuốc men và tái khám đều miễn phí cho bạn.
- + Y tá sẽ đưa thuốc cho bạn và sẽ hỗ trợ bạn trong suốt thời gian dùng thuốc. Bạn có thể cho y tá biết cảm giác của mình và bất kỳ điều gì khác có thể khiến bạn lo lắng.
- + Bạn sẽ đến gặp bác sĩ tại bệnh viện để kiểm tra tiến trình điều trị.
- + Bác sĩ sẽ quyết định về những thay đổi có thể có trong thuốc của bạn và thời điểm ngừng dùng thuốc.
- + Hãy cho y tá và bác sĩ biết về mọi triệu chứng của bạn và bất cứ lúc nào nếu bạn nghi ngờ mình đang gặp tác dụng phụ từ thuốc.

## Thuốc có thể gây ra tác dụng phụ

Mỗi người dung nạp thuốc khác nhau. Trong những tuần đầu điều trị, thuốc thường có thể gây ra tác dụng phụ nhưng thường sẽ nhẹ hơn khi tiếp tục điều trị. Một bệnh nhân bị tác dụng phụ có thể được giúp đỡ bằng nhiều biện pháp và thuốc khác nhau.

Tác dụng phụ thường gặp nhất là mệt mỏi, chán ăn và buồn nôn. Thay đổi độ ăn có thể giúp bạn ăn ngon hơn. Nếu cần thiết, bạn có thể được dùng thuốc chống buồn nôn.

Các chất dịch cơ thể như nước tiểu, nước mắt, nước bọt, tinh dịch và dịch tử âm đạo có thể chuyển sang màu đỏ do màu đỏ của rifampicin. Điều này vô hại.

Nếu bạn bị phát trên ban da hoặc ngứa da, bạn có thể thường xuyên thoa kem dưỡng da và tránh xa phòng làm khô da. Nếu cần, bạn có thể sử dụng kem dưỡng da cortisone và thuốc kháng histamine.

Các tác dụng phụ có thể xảy ra khác bao gồm đau khớp và sưng, các vấn đề về dạ dày và phân lỏng. Bác sĩ có thể viết thuốc giảm đau để điều trị và làm giảm các vấn đề về khớp. Các vấn đề về dạ dày và ruột có thể được làm giảm bằng cách thay đổi chế độ ăn uống và chất xơ cũng như các sản phẩm có chứa vi khuẩn axit lactic/actobacillus. Các tác dụng phụ này không nguy hiểm.

Trong khi bạn đang dùng isoniazid, bạn có thể cảm thấy ngứa ran hoặc tê ở tay hoặc chân. Những triệu chứng này có thể được ngăn ngừa bằng dùng vitamin B6 cùng với isoniazid. Bạn cũng cần bổ sung vitamin D vì thiếu vitamin D sẽ làm chậm quá trình phục hồi của bạn.

Thuốc điều trị lao có thể gây kích ứng và làm suy yếu chức năng gan. Đây là lý do tại sao trong quá trình dùng thuốc, bạn nên tránh uống rượu và sử dụng các loại thuốc ảnh hưởng đến gan (ví dụ, thuốc giảm đau paracetamol) và các loại thuốc và phương pháp điều trị tự nhiên.

## Tác dụng phụ nghiêm trọng?

**Nếu bạn có tác dụng phụ nghiêm trọng, hãy liên hệ ngay với y tá hoặc bác sĩ hoặc trung tâm chăm sóc cấp cứu (xem trang sau để biết thông tin liên hệ). Trong trường hợp này, nhân viên y tế sẽ ngừng thuốc và đánh giá tình trạng của bạn mà không chậm trễ.**

Các triệu chứng đó là:

- đau bụng dữ dội
- lòng trắng của mắt hoặc da chuyển sang màu vàng
- sốt và cảm giác khó chịu nói chung
- phát ban lan rộng hoặc thay đổi ở niêm mạc
- độ chính xác của thị giác và khả năng phân biệt màu sắc trở nên yếu hơn
- thính lực yếu đi hoặc bạn có triệu chứng chóng mặt rõ ràng
- sự tiết nước tiểu chậm lại đáng kể
- cảm thấy bối rối
- Gân Achilles ở một chân hoặc cả hai chân đều đau
- cảm giác nhịp tim không đều và buồn nôn
- cơn co giật động kinh.

## Bạn có thể tự chữa khỏi bệnh bằng cách nào?

### Trong quá trình chăm sóc tại bệnh viện trong phòng cách ly

Bạn Giữ liên lạc với gia đình và bạn bè, ví dụ như thông qua mạng xã hội.

Được phép thăm viếng nhưng không khuyến khích thăm viếng nhóm lớn. Trẻ nhỏ không phải lúc nào cũng được phép thăm viếng, điều này nhằm bảo vệ trẻ em khỏi bệnh lao.

Mang một số đồ vật quan trọng của bạn vào phòng cách ly. Tạo thói quen hàng ngày của riêng bạn.

Đọc sách, tạp chí, xem phim, cập nhật thông tin trên Internet và thiên định.

Tập luyện cơ bắp. Đi bộ ngoài trời nếu có thể.

Hãy yêu cầu và thưởng thức món ăn, đồ uống yêu thích của bạn.

### Thuốc

Uống tất cả các loại thuốc đều đặn. Đừng bỏ qua liều thuốc ngay cả khi bạn cảm thấy khỏe và không có bất kỳ triệu chứng nào của bệnh.

Nếu bạn nghi ngờ hoặc nhận thấy bất kỳ tác dụng phụ nào từ thuốc, hãy luôn thông báo cho y tá hoặc bác sĩ.

Nếu bạn sử dụng thuốc không kê đơn (thuốc được bán trực tiếp cho người tiêu dùng mà không cần đơn thuốc) hoặc thuốc giảm đau, vui lòng cho y tá hoặc bác sĩ biết để họ có thể đảm bảo rằng những loại thuốc này không làm tăng nguy cơ tác dụng phụ của thuốc.

Tốt hơn là không nên lên kế hoạch cho chuyến đi dài trong khi dùng thuốc. Hãy nói trước với y tá về các chuyến đi ngắn hơn. Sau đó, nhân viên y tế có thể lên kế hoạch

trước vì thuốc của bạn việc dùng, để không có thời gian nghỉ.

### Sự thèm ăn và thức ăn

Điều quan trọng là bạn phải ăn uống đầy đủ để cơ thể có đủ năng lượng phục hồi sau bệnh.

Nếu bạn đã giảm nhiều cân, điều quan trọng là phải tăng hàm lượng chất béo và protein (Chất đạm) trong chế độ ăn uống của bạn. Thực phẩm tốt bao gồm rau, trái cây, cá, thịt, đậu, hạt, khoai tây, cháo, gạo và trứng.

Nếu bạn bị buồn nôn, bạn nên ăn nhiều bữa nhỏ và ăn nhẹ. Ăn và nhai chậm và ngồi một lúc sau bữa ăn cũng có thể giúp ích. Quần áo rộng rãi và không khí trong lành cũng có thể giúp ích.

Nếu bạn chán ăn, hãy ăn những món bạn thích. Bạn có thể thích súp hoặc salad lạnh hoặc trái cây chua, quả mọng và rau. Nếu đồ ăn của bạn trông hấp dẫn và bạn đã bày bàn ăn đẹp mắt, điều này có thể cải thiện cảm giác thèm ăn của bạn. Cũng như đi bộ ngoài trời và tập thể dục thường xuyên.

Uống đủ nước (khoảng 2 lít mỗi ngày, ví dụ như nước lọc và nước ép trái cây). Nhớ uống nhiều nước, đặc biệt là giữa các bữa ăn để không bị đầy bụng.

Bạn không nên uống rượu trong khi dùng thuốc vì rượu làm nặng thêm chức năng gan của bạn. Thuốc chữa lao ra khỏi cơ thể qua quá trình chuyển hóa ở gan. Rượu và thuốc điều trị lao có thể có tác dụng kết hợp lên gan của bạn. Điều này có thể gây quá tải cho gan của bạn và có thể cần phải ngừng dùng thuốc.

## Tập thể dục, đi học và khả năng làm việc

Khi bạn khỏe hơn, bạn sẽ cảm thấy ít mệt mỏi hơn. Nghỉ ngơi khi bắt đầu điều trị là một ý tưởng hay.

Tập thể dục thường xuyên để duy trì và cải thiện sức mạnh cơ bắp. Bạn có thể đi bộ chậm mỗi ngày ngay khi cảm thấy đủ khỏe để ra ngoài.

Tăng dần hoạt động thể chất khi bạn cảm thấy thích.

Bạn có thể đi học hoặc đi làm ngay khi bạn đủ khỏe để ăn và hoạt động. Điều này thường cũng giúp tâm trạng của bạn tốt hơn và giúp bạn khỏe hơn. Nếu bạn có công việc chân tay nặng nhọc, bác sĩ sẽ kiểm tra khả năng làm việc của bạn.

## Cuộc sống xã hội

Bệnh lao và phương pháp điều trị có thể gây ra tình trạng mệt mỏi, nhiều cảm xúc khác nhau và tâm trạng chán nản.

Cởi mở về bệnh lao sẽ giúp gia đình và bạn bè có cơ hội hỗ trợ bạn trong quá trình điều trị.

Những hoạt động và công việc nhỏ mang lại cho bạn niềm vui cũng sẽ giúp bạn khỏe lại.

Mỗi người đều có cách và phương tiện riêng để trở nên tốt hơn. Hãy nghĩ và viết ra những điều và những người mang lại cho bạn sức mạnh và cảm giác tốt đẹp.

## Quan hệ tình dục

Bạn có thể quan hệ tình dục trong khi đang điều trị bệnh lao. Bệnh lao không lây truyền qua quan hệ tình dục hoặc hôn nhau.

Tuy nhiên, khi bắt đầu điều trị, bạn có thể quá mệt mỏi đến mức không còn hứng thú với quan hệ tình dục. Tốt nhất là bạn nên nói điều này với bạn tình của mình.

Thuốc điều trị bệnh lao không ảnh hưởng đến khả năng sinh sản của nam giới. Thuốc Rifampicin làm thuốc tránh thai kém hiệu quả hơn. Nếu bạn là phụ nữ và sử dụng thuốc tránh thai, bạn cần thay đổi phương pháp tránh thai. Hãy thảo luận điều này với bác sĩ của bạn.



## Mang thai

Nếu bạn đang có kế hoạch mang thai, tốt hơn là nên đợi cho đến khi quá trình điều trị bệnh lao của bạn kết thúc. Khi bạn khỏe mạnh, bạn sẽ có nhiều sức lực hơn để chăm sóc em bé.

Nếu bạn đã mang thai khi được chẩn đoán mắc bệnh lao, việc điều trị y tế sẽ được lên kế hoạch phù hợp và bác sĩ phụ khoa sẽ theo dõi tình trạng của bạn. Hãy đảm bảo bạn ăn uống đầy đủ và lành mạnh.

Nếu quá trình điều trị bệnh lao diễn ra tốt đẹp, người mẹ có thể chăm sóc con và cho con bú bình thường sau khi sinh.

Nếu bệnh lao của người mẹ có thể lây lan trong khi sinh, Em bé sẽ được dùng thuốc để phòng ngừa bệnh lao.

## Bản đồ nguồn lực



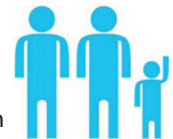
Thực ăn lành mạnh



Bạn



Tập thể dục



Gia đình

Người hỗ trợ thuốc điều trị bệnh lao



Những thứ khác mang lại cho bạn sức mạnh



Thông tin liên lạc


Bệnh viện:

Trạm y tế:



Thông tin bổ sung:



 **tuberkuloosi.fi**  
mielenterveystalo.fi • syohyvaa.fi



 **Hengitysliitto**