

## Cách dùng thuốc khi bị rối loạn tiêu hoá do ăn uống

Rối loạn tiêu hoá là triệu chứng rất thường gặp. Khi bị rối loạn tiêu hoá người bệnh thường có biểu hiện như đau bụng, đầy bụng khó tiêu, đi phân lỏng hoặc tiêu chảy... Cách dùng thuốc khi bị rối loạn tiêu hoá:

### 1. Đầy bụng khó tiêu

Đầy bụng khó tiêu là cảm giác đầy trướng bụng, tức bụng, ậm ạch khó chịu, thường xảy ra sau khi ăn nhưng cũng có khi suốt ngày và tăng lên sau khi ăn. Nguyên nhân là do có sự tích khí trong đường tiêu hóa, do tiêu hóa không tốt, thức ăn bị ứ đọng ở dạ dày. Khi bị cảm giác này có thể dùng gừng giã nhỏ lấy nước hoà với nước ấm sẽ giúp giảm triệu chứng này. Ngoài ra có thể dùng một số thuốc sau, nhưng cũng chỉ dùng trong khoảng 5-7 ngày, nếu tình trạng không được cải thiện cần đi khám bệnh:

*Maalox*: Được dùng khi bị chứng khó tiêu đầy bụng kèm theo ợ chua do thừa axit dịch vị. Thuốc có tác dụng kháng axit dịch vị, bảo vệ niêm mạc thực quản, niêm mạc dạ dày tá tràng, điều trị chứng đầy bụng chậm tiêu. Dùng thuốc sau ăn từ 30 - 60 phút.

*Domperidon*: Dùng khi sự co bóp dạ dày kém đưa đến sự chuyển đẩy thức ăn từ dạ dày xuống ruột chậm. Thuốc có tác dụng điều hòa nhu động dạ dày - ruột, trị các chứng đầy bụng, buồn nôn. Không dùng thuốc cho người có tiền sử chảy máu dạ dày - ruột, nghẽn ruột, phụ nữ có thai.

*Neopeptine*: Đây là men tiêu hoá sẽ giúp thức ăn tiêu hoá dễ dàng hơn giảm cảm giác đầy bụng chướng hơi.

### 2. Phân lỏng hoặc tiêu chảy

Khi bị rối loạn tiêu hoá người bệnh có thể đi ngoài phân lỏng, thậm chí nhiều nước (tiêu chảy).

Nếu đi phân lỏng có thể dùng berberin (được chiết xuất từ cây hoàng đằng). Thuốc này được xem là một loại kháng sinh thực vật có tác dụng diệt một số vi khuẩn gây bệnh đường ruột, được chỉ định trong hội chứng lỵ do trực khuẩn, viêm ruột, tiêu chảy... Ngoài ra, berberin còn có tác dụng làm tăng tiết mật, giúp tiêu hóa tốt.

Nếu tiêu chảy, việc đầu tiên cần bù nước và điện giải bằng cách uống dung dịch oresol (cần pha đúng tỷ lệ theo hướng dẫn trên bao bì/nhãn của sản phẩm). Trong trường hợp không có sẵn oresol có thể thay bằng nước cháo muối hoặc đường muối pha 1 thìa cà phê muối với 8 thìa đường trong 1 lít nước sẽ được dung dịch để uống khi bị tiêu chảy.

Không được dùng thuốc để cầm tiêu chảy, vì trong trường hợp bị ngộ độc thực phẩm, chất độc, dùng thuốc cầm ngay tiêu chảy không có lợi, cơ thể cần tiêu chảy để tống chất độc ra khỏi cơ thể. Chỉ khi tiêu chảy không khu trú, kéo dài mới tính tới chuyện dùng thuốc cầm tiêu chảy như loperamid (tốt nhất là dùng theo chỉ định của bác sĩ). Khi bị tiêu chảy nặng hoặc tiêu chảy hơn 3 ngày cần đi khám bệnh để được xử lý kịp thời, thích hợp.