

Điều trị dị ứng thực phẩm

Thực phẩm gây dị ứng là do có chứa nhiều histamin hoặc khi vào cơ thể qua chuyển hóa thức ăn làm sản sinh ra nhiều histamin và một số chất gọi là chất hóa học trung gian có tác dụng làm giãn mao mạch, thoát huyết tương gây phù nề tại chỗ, ở một vùng hoặc rải rác khắp cơ thể.

Triệu chứng dị ứng thực phẩm (DƯTP) thường phát triển trong vòng vài phút đến một giờ sau khi ăn. Đa số các bệnh DƯTP được kích hoạt bởi các protein nhất định trong: sữa bò, trứng, đậu phộng, mè, đậu nành, lúa mì, hạt quả cứng, cá, nghêu, sò, tôm, cua...

1. Yếu tố nguy cơ của DƯTP

Gia đình có nhiều người (bố mẹ, anh em) có cơ địa dị ứng; người có nguy cơ cao DƯTP nếu mắc một trong các bệnh dị ứng như: bệnh suyễn, chàm, phát ban, viêm mũi xoang dị ứng...; ngược lại nếu đã bị dị ứng với thực phẩm, có nguy cơ trở thành dị ứng khác; DƯTP phổ biến nhất ở trẻ em, đặc biệt là trẻ nhỏ và trẻ sơ sinh.

2. Triệu chứng phổ biến

Ngứa ran trong miệng; phát ban, ngứa hoặc eczema; sưng môi lưỡi, mặt và cổ họng, hoặc các bộ phận khác của cơ thể; thở khò khè, nghẹt mũi hoặc khó thở; đau bụng, tiêu chảy, buồn nôn hoặc ói mửa; chóng mặt, hoa mắt hoặc ngất xỉu...

Ở một số người, DƯTP có thể gây ra một phản ứng dị ứng nghiêm trọng gọi là sốc phản vệ. Điều này có thể gây ra các triệu chứng đe dọa tính mạng, bao gồm: co thắt phế quản; cổ họng bị phù nề gây khó thở; sốc, với sự sụt giảm nghiêm trọng về huyết áp; mạch nhanh, chóng mặt, hoa mắt hoặc mất ý thức. Cấp cứu điều trị là rất quan trọng đối với phản ứng phản vệ. Nếu không điều trị kịp thời, sốc phản vệ có thể gây hôn mê hoặc tử vong.

3. Thuốc dùng trong DƯTP

Với các trường hợp DƯTP, việc dùng thuốc nhằm giảm nhẹ hoặc mất các triệu chứng dị ứng, quan trọng nhất là chống các phản ứng phản vệ. Bốn loại thuốc thường dùng trong DƯTP là: epinephrin, kháng histamin, chống co thắt phế quản, corticoid. Chỉ định dùng thuốc còn tùy từng biểu hiện dị ứng nặng hay nhẹ ở mỗi trường hợp.

Đối với một phản ứng dị ứng nhẹ (mày đay cấp), chỉ cần dùng thuốc kháng histamin như: phenergan, dimedron, chlopheniramin... có thể giúp giảm triệu chứng. Các thuốc này có thể được thực hiện sau khi tiếp xúc với một thực phẩm gây dị ứng để giúp giảm ngứa hoặc phát ban. Về ngoài da, có thể bôi kem dịu da, chống ngứa có methol, phenol, sulfat kẽm nhưng bệnh nhân không được gãi vì càng gãi càng tăng ngứa, tăng sản nê.

Với các biểu hiện DƯTP nặng hơn thì cần phối hợp dùng vài loại thuốc uống hoặc tiêm, truyền.

Epinephrin: có vai trò nâng huyết áp, chống suy tim trụy mạch cấp. Phải dùng sớm, tiêm bắp nhanh trong vòng ít phút sau khi phản ứng dị ứng xảy ra.

Dùng muộn dễ dẫn đến gia tăng dạng phản ứng phản vệ 2 pha, gia tăng tỷ lệ tử vong.

Thuốc kháng histamin: dùng các kháng histamin có tác dụng nhanh để loại bỏ nhanh các triệu chứng dị ứng. Có thể dùng kháng histamin thế hệ 1 (chlorpheniramin, alimerazin, cycloheptadin, meclizin) hoặc các kháng histamin thế hệ mới (cetirizin, acrivastin, loratidin), nhưng không được dùng terfenadin và astemizol vì hai thuốc này gây hiện tượng xoắn đỉnh đã bị nhiều nước cấm. Nhiều thuốc trong số này chống chỉ định với trẻ em dưới 2 tuổi, nên không được tự ý dùng cho bé. Thận trọng khi dùng cho người có chức năng gan thận suy giảm. *Lưu ý* thuốc kháng histamin thế hệ cũ gây ngủ gà, làm gia tăng tác dụng của các thuốc trầm cảm, làm suy hệ thần kinh trung ương, khi tiêm với liều cao có thể gây tụt huyết áp.

Thuốc chống co thắt phế quản: triệu chứng dễ thấy của DƯTP là phù thanh quản, đặc biệt ở người có bệnh hen thường bị cơn hen cấp, nên thường phải dùng thuốc kích thích thụ thể beta-2 dạng hít (salbutamol, salmeterol), có kết hợp với corticoid hít (beclomethazon, fluticazon) hoặc có thể dùng loại ống hít phối hợp hai chất này.

Corticoid: được dùng để giảm cơn co thắt (dạng hít) dùng phòng phản ứng phản vệ muộn (dạng uống).

Khi dùng thuốc cần lưu ý, các thuốc kháng histamin và corticoid tuy có tác dụng đặc hiệu trong dị ứng nhưng đều có thể gây tác dụng phụ và tai biến đôi khi nghiêm trọng. Thuốc kháng histamin thường gây ù tai, chóng mặt, nặng đầu, choáng váng, buồn ngủ. Do đó, khi dùng thuốc không nên lái xe, làm việc ở trên cao, dễ gây tai nạn. Đối với corticoid dùng liều cao, lâu ngày có thể dẫn tới phù nặng mặt, teo da, xốp xương, rối loạn chuyển hóa nhẹ hoặc nặng...

4. Phòng bệnh

Cần loại bỏ các thực phẩm gây dị ứng ra khỏi thực đơn hàng ngày. Luôn đọc nhãn thực phẩm sản xuất để đảm bảo chúng không chứa một thành phần đang bị dị ứng. Tăng cường tập luyện và dinh dưỡng để nâng cao sức khỏe, tăng sức đề kháng. Khi thấy các biểu hiện DƯTP đến sớm và nặng lên nhanh thì cần đến bệnh viện ngay để được điều trị cấp cứu, không chậm trễ sẽ nguy hiểm tính mạng...