

---

Ngứa Da

Hỏi:

Tôi bị chứng ngứa ngoài da và nổi đỏ da khoảng ba tháng gần đây, ở khuỷu tay, đầu gối và cả bàn tay lẫn bàn chân cũng như trong mình. Tôi đã uống nhiều thuốc ngứa và dùng thuốc thoa mua ngoài chợ nhưng không bớt. Nhiều đêm tôi không ngủ được vì chứng ngứa này. Xin bác sĩ cho biết bệnh ngứa da nguyên nhân vì đâu và chữa trị như thế nào?

Trần Văn T.

Đáp:

Chứng ngứa ngoài da và nổi đỏ như ông hỏi có nhiều nguyên nhân gây ra nhưng thông thường nhất là bệnh ngoài da do dị ứng (eczema hay dermatitis). Bệnh này có nhiều hình thức, có thể xảy ra dưới hình thức cấp tính, bán cấp tính hay kinh niên.

Bệnh ngoài da do dị ứng loại cấp tính thường gây ngứa và ngoài da nổi đỏ với bọng nước và có thể xảy ra bất cứ chỗ nào trên cơ thể. Thường bệnh này xảy ra vì dị ứng do đụng chạm ngoài da với một chất dễ gây ra dị ứng. Thí dụ thường thấy là loại cỏ độc gọi là poison ivy.

Nhiều người làm vườn sau nhà, cắt cỏ dại, dây leo hàng đậu... hay bị nhựa của loại cỏ độc poison ivy dính phải da. Phản ứng xảy ra một vài ngày sau làm đỏ da, ngứa da và nổi mụn nước. Càng gãi càng ngứa nhiều hơn và có thể lan ra.

Lý do là nhựa của loại cỏ độc poison ivy có chứa chất hóa học gọi là urushiols. Chất này khi dính vào da sẽ được loại tế bào da đặc biệt gọi là Langerhans cells hấp thụ lấy, sau đó kích thích các tiểu bạch cầu gọi là T cells và tiết ra các chất hóa học làm viêm gọi là cytokines như loại interferon gamma, gây ra viêm ngoài da, nổi đỏ, nổi phỏng có nước...

Bệnh dị ứng da cấp tính loại này nếu bị nặng có thể làm lan rộng nếu không chữa đúng cách. Những nguyên nhân khác cũng hay thấy như nhiều người bị dị ứng với kim loại như kền (nickel). Đeo bông tai loại đồ giả có chứa kền bị phản ứng sẽ làm sưng đỏ, ngứa.

Một số người bị dị ứng với chất latex như đeo găng tay bằng cao su.

Một loại thuốc trụ sinh dùng để bôi ngoài da như Neomycin để trị nhiễm trùng cũng có thể dễ gây ra dị ứng.

Có người bị dị ứng với thuốc nhuộm tóc, bị dị ứng làm sưng đỏ, mọc nước và ngứa ngáy tất cả da đầu và lan xuống mặt khi nhuộm tóc. Những người này bị phản ứng với một chất hoá học chứa trong thuốc nhuộm gọi là p-phenylenediamine.

Nhiều người bị phản ứng với các chất trong dầu thơm, nước hoa, đồ mỹ phẩm như các chất balsam of Peru, cinnamic aldehyde, quarternium-15...Người Việt Nam hiện nay làm nhiều về các ngành về mỹ phẩm, làm tóc, làm móng tay... nên phải cẩn thận với các thứ thuốc chứa các chất hoá học này nếu hay bị dị ứng.

Dị ứng da loại bán cấp tính hay kinh niên thường không thấy nổi mụn nước, chỉ thấy nổi đỏ, càng gãi càng lan, thường hay bị ở chỗ sau đầu gối, trước khuỷu tay, sau gáy... tuy có thể ở bất cứ chỗ nào trên chân, tay hay trong mình. Những nổi đỏ này thường không có bờ rõ rệt, trái ngược với ngứa và nổi đỏ do bệnh nấm ngoài da thường có bờ rất rõ.

Nhiều người bị kinh niên và hay gãi thường xuyên quá làm dày da và cứng, khô da gọi là lichen simplex, thường thấy nhất ở chân, da dày và ngứa bắt gãi thường xuyên, càng gãi nhiều càng dày lên và càng ngứa thêm!

Một số lớn những người bị dị ứng da kinh niên này đã bị từ hồi nhỏ, có thể có lúc tăng lúc giảm nhưng không bao giờ hết hẳn. Nhiều người bớt một thời gian lâu sau này lớn tuổi hơn hay về già lại bị nặng lại.

Một số người lớn tuổi có chứng dị ứng da gọi là xerotic hay asteatotic eczema do da khô quá và làm ngứa da. Thường hay thấy vào mùa đông, da khô, ngứa và nổi đỏ, nhất là dùng máy sưởi nóng nhiều, không khí quá khô càng làm nổi đỏ và ngứa thêm.

Những nguyên nhân của dị ứng da loại kinh niên rất khó biết, thường vì cơ thể của người bệnh dễ bị dị ứng, có nhiều kháng thể loại IgE, hay đi chung với các bệnh dị ứng khác như dị ứng mũi, bệnh suyễn, bệnh mề đay...

Rất nhiều người bị dị ứng ngoài da loại bán cấp tính hay kinh niên do đồ ăn gây ra. Những dị ứng về đồ ăn này thay đổi thường xuyên, có lúc tăng lúc giảm, lúc bị thứ đồ ăn này, lúc bị thứ đồ ăn khác. Dị ứng do đồ ăn nếu gây ra mề đay, ăn xong chừng 15 phút, nửa giờ sau thấy nổi ngứa mề đay ngay có thể giúp cho biết loại đồ ăn nào gây dị ứng và tránh được.

Tuy nhiên những người bị dị ứng ngoài da kinh niên đã bị triển miên nên nếu do đồ ăn gây ra, ít khi biết được. Hoặc nhiều người bị dị ứng với quá nhiều thứ đồ ăn không tránh hết được nên bị dị ứng thường xuyên và thành kinh niên.

Những thứ đồ ăn hay gây dị ứng nhất, đặc biệt với người Việt Nam là đồ biển như tôm, cua, cá, sò... Người Việt thích ăn mắm cũng dễ bị dị ứng ngoài da vì nước mắm, các thứ mắm cá, mắm tôm... Hơn nữa đồ ăn người Việt món gì cũng chùng, xào với mắm nên những người bị dị ứng với đồ biển nhiều thường khó tránh khỏi các thứ dị ứng này.

Các thứ thịt như thịt bò, thịt gà, thịt heo đều có thể gây dị ứng tùy người, thông thường thịt bò nhiều hơn gà, gà nhiều hơn heo, tuy nhiên sẽ tùy theo từng người. Trứng gà, sữa bò, đậu phộng, dừa, chocolate, dâu, cherry, một vài thứ rau, đậu cũng hay gây dị ứng và tùy người. Những trường hợp bị nhiều thứ quá không biết được phải làm thử nghiệm tìm dị ứng mới định rõ được.

Vấn đề chữa trị bệnh dị ứng da tùy thuộc loại dị ứng nào, cấp tính hay kinh niên, do đụng chạm gây ra hay không hay có biết nguyên nhân nào rõ rệt không. Những trường hợp nặng như do poison ivy hay do thuốc nhuộm tóc, có thể phải dùng thuốc loại steroid như Prednisone để chữa cho hiệu quả vì dùng loại thuốc thường không bớt.

Những trường hợp kinh niên hay nhẹ hơn không nên dùng loại steroid uống hay chích vì dùng nhiều thứ này hay dùng lâu sẽ có hại. Tuy nhiên để chữa dị ứng da làm nổi đỏ hay ngứa có thể dùng loại kem steroid bôi trên da. Các loại kem hay ointment này có nhiều loại và mạnh yếu khác nhau.

---

---

Nếu bị vừa phải chỉ nên dùng loại nhẹ hay vừa như Elocon, Cutivate... Nếu bị nặng hơn phải dùng các loại mạnh như Betamethasone, Temovate..., tuy nhiên không nên dùng lâu vì có thể hại da, làm mòn da...

Một loại thuốc thoa loại mới tương đối có công hiệu nhiều là loại thuốc có tác dụng làm thay đổi hệ thống miễn nhiễm gọi là immunomodulators. Hai thứ thuốc này tên gọi là picrolimus và tacrolimus, bán dưới tên thương mại là Protopic và Elidel. Một số trường hợp bị dị ứng da nặng có thể phải dùng vừa loại kem steroid và thêm loại Elidel hay Protopic để trị mới có hiệu quả nhiều hơn.

Thuốc uống để chữa ngứa có nhiều loại gọi chung là antihistamine, thường làm bớt ngứa nhưng hay làm buồn ngủ. Những loại ít buồn ngủ hiện nay như Claritin, Allegra lại nhẹ quá ít làm bớt ngứa được. Những loại mạnh như Hydroxyzine thường làm buồn ngủ nhiều, lái xe hay làm việc máy móc chân tay phải cẩn thận. Thuốc khác là Zyrtec cũng khá hiệu quả nhưng vẫn làm buồn ngủ tuy ít hơn.

Ngoài ra phải giữ cho da bớt khô, tốt nhất là uống nước thường xuyên, hoặc tắm với loại bột như oatmeal để làm dịu da, dùng sà bông loại nhẹ có đầu nhiều như Dove, tránh loại làm da quá khô.

Tóm lại, bệnh dị ứng ngoài da thường là bệnh kinh niên và nguyên nhân khó biết. Định bệnh để tìm lý do gây ra dị ứng cần phải xác định những chất hoá học dễ gây dị ứng như đã nói trên hay tìm các loại đồ ăn gây dị ứng bằng cách thử nghiệm dị ứng chuyên môn.

Một số lớn trường hợp do bẩm sinh cơ thể dễ bị dị ứng do sản xuất quá nhiều kháng thể loại IgE. Cách chữa trị tùy thuộc loại dị ứng nào và loại bỏ nguyên nhân gây ra dị ứng nếu tìm ra được.

---