

## Bệnh Gout

Hỏi: Tôi hay bị đau khớp xương ở ngón chân cái đã nhiều năm nay, cứ ít lâu lại sưng lên làm nhức nhối kinh khủng, uống những thuốc giảm đau thường không thấy bớt. Gần đây lại thấy đau thêm ở khuỷu chân, đầu gối, cổ tay và khuỷu tay. Xin bác sĩ cho biết bệnh này thuộc bệnh gì và cách chữa bệnh như thế nào?

Lưu văn H.

Đáp:

Những triệu chứng bệnh của ông là do bệnh viêm khớp xương thuộc loại Gout. Bệnh này do chất uric acid trong máu lên quá cao, kết tinh thành tinh thể dạng trong khớp xương gây ra viêm làm sưng và đau khớp.

Sở dĩ có hiện tượng đó vì các bạch huyết cầu trong máu chạy vào khớp và tiêu hóa các tinh thể crystal của chất uric acid. Tuy nhiên khi cố gắng "tiêu hóa" các tinh thể này, màng bọc chứa phân hóa tố trong bạch cầu bị bể và tiết ra các phân hóa tố vào trong khớp gây ra viêm khớp.

Điểm đặc biệt của bệnh gout này là phần lớn triệu chứng đầu tiên thường xảy ra (90%) ở ngón chân cái nên tương đối dễ định bệnh. Khớp ở giữa ngón chân cái và bàn chân gọi là metatarsal-phalangeal joint bị sưng vù lên, nhức nhối rất nhiều, làm đi lại khó khăn, đôi khi phải dùng nạng mới đi được. Nhiều người bị đau đến phát nóng lạnh, đùng khê vào ngón chân cái cũng đau giật bắn người lên được!

Có thể nói ít có cơn đau nào làm hành hạ bệnh nhân như chứng viêm khớp xương ở ngón chân cái do bệnh gout này. Trước khi có thuốc chữa trị hiệu quả bệnh gout, trong lịch sử cũng như văn chương có đầy đủ những đoạn văn diễn tả những cơn đau kinh khủng của bệnh gout của chính những tác giả bị bệnh này tác hại diễn tả và để lại cho hậu thế!

Bệnh này phần nhiều xảy ra nơi người đàn ông lớn tuổi, trung bình cỡ 50, 60 tuổi. Người trẻ tuổi hiếm khi bị, cũng như đàn bà hiếm thấy có bệnh gout, chỉ chừng 5% trường hợp. Như trên đã nói, bệnh gout xảy ra do chất uric acid lên cao, hơn mức trung bình là 7 mg% trong máu, gọi là

hyperuricemia. Tuy nhiên phần lớn những người có mức uric acid hơi cao một chút cũng thường không có triệu chứng nhiều.

Từ 2 đến 18% dân số có thể có mức uric acid hơi cao nhưng chỉ khoảng 3 người trong 1000 người có triệu chứng viêm khớp của bệnh gout. Dĩ nhiên tỷ lệ này trong dân số cũng là một con số nhiều đáng kể của những người mắc bệnh gout.

Bệnh gout hay xảy ra nơi người uống rượu nhiều, mập, bị tiểu đường, bị áp huyết cao, bệnh tim... Điểm đặc biệt là bệnh này hay xảy ra nơi những người đàn ông trong giai tầng xã hội cao, thành công hay thông minh hơn người! (đây là lý do tại sao trong văn chương có nhiều đoạn văn mô tả những kẻ quyền thế trong xã hội Âu Mỹ bị bệnh quái ác này!).

Người Việt tỵ nạn tại Hoa Kỳ từ hơn 20 năm nay đã thấy càng ngày càng nhiều người bị bệnh gout. Phần lớn bị triệu chứng đau đầu tiên gọi là acute gouty attack sau khi uống rượu, ăn uống thịnh soạn. Đặc biệt người Việt hay ăn những món nhậu có nhiều chất purines như lòng heo, gan, cật, dôi trường... nên cơn đau viêm khớp loại gout cấp tính hay xảy ra sau những bữa nhậu này.

Sở dĩ như thế vì purines là những chất cần thiết cho năng lượng của tế bào như ATP, cyclic AMP, cyclic GMP... Các chất này sẽ bị thoái hoá theo các phản ứng sinh hóa học để sau cùng trở thành uric acid.

Ăn nhiều các món như kể trên sẽ đưa đến kết quả là chất uric acid trong máu lên quá cao và tạo thành tinh thể dạng trong khớp xương đưa đến cơn đau gouty attack như đã nói trong phần đầu.

Bệnh gout đầu tiên thường xảy ra nơi ngón chân cái nhưng nếu không chữa trị đúng mức, sẽ bị thêm ở các khớp xương khác, thường ở dưới chân như mắt cá chân, gót chân, đầu gối. Sau đó là các khớp ở tay như cổ tay, khuỷu tay, ngón tay. Các khớp lớn ở đùi, vai, xương sống ít xảy ra hơn.

Nếu để nặng hơn và lâu hơn không chữa sẽ có những cục uric acid mọc lớn ở sụn, gân, phần mô

mềm gọi là tophus, thường thấy ở vành tai, nhượng chân, cùi chò... Đôi khi các cục này lớn quá bị bể và sùi ra những chất màu trắng là những tinh thể của chất uric acid trông như vôi bột!

Ngoài ra chất uric acid có thể kết tinh trong thận làm suy thận, đôi khi gây ra hư thận cấp tính và làm chết trong thời gian ngắn vì thận bị suy hoàn toàn không lọc máu được. Biến chứng này ít thấy nhưng một trong những nguy hiểm khác của bệnh gout thường thấy hơn là sạn thận.

Khoảng từ 10 đến 25% những người bị gout có thể sẽ bị sạn thận vì chính chất uric acid trong nước tiểu kết tinh sẽ gây ra sạn. Ngoài ra chất uric acid có thể làm nhân cho chất vôi calcium tụ lại và gây ra sạn thận do chất calcium. Như thế bệnh gout không phải chỉ tác hại các khớp xương mà thôi, những biến chứng suy thận và sạn thận cũng dễ xảy ra và trở thành nguy hiểm.

Chữa trị cơn đau viêm khớp xương do gout cấp tính trước kia thường dùng thuốc gọi là colchicine 0.6 mg, uống khi vừa thấy chớm đau, cứ hai tiếng uống một lần, tối đa là 3-4 mg. Thường 75% trường hợp sẽ đỡ đau trong vòng 12 tiếng nhưng thuốc này làm nôn mửa, đi tiêu chày và ít người chịu được.

Thay thế thuốc colchicine là các loại thuốc chống viêm, thường dùng nhất là Indomethacin, uống 25 mg một hay hai viên cứ 6 tiếng một lần, hoặc loại kéo dài lâu Indomethacin-SR 75 mg, uống ngày 2 lần. Thuốc này tuy cũng hay làm khó chịu bao tử nhưng tương đối dễ dùng hơn thuốc colchicine và hiệu quả khá nhiều tuy hơi lâu.

Một số bệnh nhân dùng các thuốc trên không hiệu quả hay bị phản ứng thuốc không dùng được phải chữa bằng cách chích thẳng vào khớp xương loại thuốc gọi là steroid, thường là thuốc triamcinolone, solumedrol hay decadron để chống viêm và làm bớt sưng nhanh chóng. Chích vào khớp xương nơi ngón chân cái này cũng làm đau nhiều khi chích nên thường phải pha thêm thuốc tê lidocaine để đỡ đau hơn.

---

Chữa bằng cách chích này hiệu quả rất nhanh, chỉ vài giờ sau đã thấy bớt đau và giảm sưng nhiều. Vừa chích vừa uống thêm thuốc chống viêm indomethacin hay đôi khi phải dùng Tylenol #3 có chất codeine để giảm đau nhiều hơn sẽ chữa được hầu hết các cơn đau cấp tính do bệnh gout.

Để tránh bệnh trở đi trở lại hay làm các biến chứng nguy hiểm như suy thận hay sạn thận, khi bị bệnh gout attack như trên phải thử máu để đo chất uric acid trong máu. Nếu chất này cao nhiều sẽ phải dùng thuốc để hạ chất uric acid trong máu bằng cách làm chất này bị thải ra trong nước tiểu như thuốc Probenecid hay Sulfinpyrazone.

Một thứ thuốc hay được dùng nhiều hơn là thuốc Allopurinol, thuốc này làm ngăn chặn phân hóa tố xanthine oxidase của phản ứng sinh hóa biến đổi từ chất xanthine ra chất uric acid trong chu kỳ biến dưỡng của purines rất có hiệu quả, tuy nhiên nếu lượng uric acid trong máu quá cao sẽ phải dùng suốt đời để ngăn chặn.

Tóm lại bệnh viêm khớp xương loại gout là bệnh viêm khớp thường thấy nơi người đàn ông đứng tuổi, đặc biệt hay xảy ra nơi ngón chân cái và các khớp khác của chân và tay.

Bệnh này gây ra những cơn đau dữ dội cần chữa trị ngay và thường cần phải khám nghiệm và thử máu kỹ lưỡng để xác định tầm mức nguy hiểm của các biến chứng bệnh này để có thể điều trị một cách đúng mức và hiệu quả hơn.

---