BỆNH NGỨA MỀ ĐAY

HỎI:

Tôi bị ngứa như mề đay khắp người đã hai tháng nay. Ngày nào cũng bị nổi mề đay và đã trị nhiều thứ thuốc nhưng không thấy bớt. Xin bác sĩ cho biết tại sao bị nổi ngứa mề đay và cách chữa trị ra sao?

ĐÁP:

Bệnh nổi ngứa mề đay là một bệnh khá thông thường. Phần lớn bị nổi mề đay giới hạn và trong thời gian ngắn, tuy nhiên một số người bị mề đay kéo dài lâu thành kinh niên. Bệnh nổi ngứa mề đay nếu kéo dài trên 6 tuần sẽ trở thành kinh niên và trị liệu tương đối sẽ khó khăn nhiều.

Ngứa mề đay thường xảy ra trên lớp biểu bì của da, tức là phần trên của lớp da, là những vết nổi đỏ, có bờ không đều, đôi khi ngoằn ngoèo, vớii trung tâm ở giữa trắng nhạt không đỏ như phía ngoài. Ngứa mề đay có thể nhỏ như hạt đậu hay lớn như đồng tiền hay `mề đay`đôi khi bị nhiếu quá có thể tụ lại đỏ đều cả một phần thân thể. Mề đay có thể đi riêng rẽ hoặc đi chung với sưng môi, sưng miệng, sưng chung quanh mắt. Những phản ứng sưng gọi là angioedema cũng cùng có một nguyên nhân và cơ chế như mề đay và có thể xảy ra riêng rẽ, không đi kèm với mề đay.

Mề đay có thể xảy ra ở mọi lớp tuổi từ trẻ mới sinh đến người già 80-90 tuổi nhưng hay bị nhất là ở tuổi 30-40. Số người bị mề đay có thể lên đến 20% dân số, phần lớn lâu lâu mới bị và giới hạn, tuy một số có thể bị nặng và trở thành kinh niên.

Phần lớn nguyên nhân gây ra mề đay là dị ứng. Dị ứng là do cơ chế kháng thể đặc biệt gọi là IgE tức Immunoglobin E tác dụng trên một tế bào gọi là mast cell, trong trường hợp mề đay nằm ở dưới da. Tế bào mast cell này khi bị bể sẽ tiết ra các chất hóa học như histamine làm nổi đỏ, làm ngứa, làm sưng… Ngoài mề đay nổi đỏ trên da, cơ chế này làm sưng gọi là angioedema như đã nói ở trên. Đặc biệt sự sưng phù này nếu xảy ra trong miệng, cuống họng sẽ hết sức nguy hiểm vì làm nghẹt đường thở, có thể gây ra chết vì tắc khí quản. Một số ít khác cũng theo cơ chế này bị sưng ở trong đường tiêu hóa làm đau bụng, ói mửa.

Các phản ứng này sẽ tự biến đi trong vòng 24 đến 48 tiếng, tuy nhiên nếu dị ứng vẫn còn sẽ thấy nổi mề đay chỗ khác. Ngoài lý do dị ứng ra, còn có các cơ chế hiếm hơn như do thiếu một chất hóa học trong máu gọi là complement, xảy ra trong một số trường hợp hiếm có do di truyền vì thiếu một chất ngăn cản gọi là C1 inhibitor. Một vài trường hợp bị ung thư cũng gây ra thiếu chất complement và làm mề đay. Một số người bị bệnh thấp khớp do bệnh về miễn nhiễm gây ra cũng có thể thấy nổi mề đay theo cơ chế này.

Những nguyên nhân của nổi mề đay do dị ứng gây ra thông thường nhất là dị ứng về đồ ăn. Các dị ứng về đồ ăn này rất nhiều và có thể thay đổi, lúc bị với thứ này, lúc khác bị với thứ khác.

Ngoài ra còn tùy theo mức độ, có người bị dị ứng nặng với một thứ đồ ăn, chỉ cần ăn một chút đã bị nổi mề đay rất nhiều. Người khác có thể ăn một thứ bị dị ứng, nếu ăn ít không sao, ăn nhiều mới bị. Có thể nói tùy theo mỗi người, loại đồ ăn nào cũng có thể gây ra dị ứng với người dễ bị bệnh này. Tuy nhiên thường hay thấy nhất là đồ biển như tôm cua, sò, nghêu, cá, mực v.v…các loại trái cây như cam, dâu, các loại rau như đậu, cà chua, spinach; các loại hạt như đậu phộng, chocolate v.v…; các loại thịt tương đối ít hơn nhưng nhiều người bị với thịt bò, thịt gà v.v…

Một điều đặc biệt với người Việt Nam là mắm. Nhiều người bị mề đay do dị ứng với đồ biển, tuy ăn kiêng đồ biển nhưng vẫn thấy bị nhiều, chỉ giãn dị là do không để ý đến nước mắm. Đồ ăn Việt Nam hầu như món gì cũng có nước mắm nên khi bị mề đay do đồ biển, thường cũng phải kiêng cả nước mắm mới đở được!

Một số người bị mề đay tưởng là do đồ ăn nhưng thực ra không phải. Như trướng hợp bị dị ứng với sữa bò. Một số người bị dị ứng đích thực với sữa, tuy nhiên một số ít hơn bị dị ứng mề đay là do bị dị ứng với penicillin. Lý do là một số trang trại nuôi bò lấy sữa ở Mỹ thường xuyên cho bò ăn trụ sinh để ngừa bệnh, trong đó có penicillin. Tỷ lệ trụ sinh penicillin trong sữa rất ít, nhưng nhiều người bị dị ứng với penicillin nhạy cảm đến nỗi chỉ cần một số lượng penicillin nhỏ tưởng như không

đáng kể cũng đủ gây ra dị ứng và làm nổi mề đay mỗi khi uống sữa!

Dị ứng với đồ ăn thật ra không thể kể hết vì có quá nhiều thứ có thể gây dị ứng. Trừ những trường hợp chỉ bị với một hai thứ và đã có kinh nghiệm bị mề đay nặng mỗi khi ăn món đó và biết sự liên quan của mớn ăn và bệnh mề đay, phần lớn trường hợp người bệnh bị với nhiều thứ khác nhau và không ngờ đến vì là những thứ trước giờ vẫn hay ăn. Những trường hợp này phải làm thử nghiệm để biết đích xác hơn về dị ứng đò ăn.

Ngoài đồ ăn, nguyên nhân thường hay thấy khác là thuốc uống. Phản ứng do thuốc rất nhiều nhưng mề đay là một trong những triệu chứng thường thấy nhất. Có thể nói thứ thuốc nào cũng có thể gây phản ứng tùy người nên khi bị mề đay, vấn đề đầu tiên là hỏi xem đang uống thuốc chữa bệnh gì? Những loại thuốc hay gây ra mề đay có thể kể các loại trụ sinh; penicillin quan trọng nhất và nguy hiểm nhất vì có thể gây kích xúc chết, Ampicillin hay Amoxicillin cũng cùng tính chất. Cá loại trụ sinh mới tương đối ít hơn nhưng vẫn có thể gây dị ứng.

Đặc biệt một vài thuốc gây ra mề đay nhưng cơ chế không phải dị ứng. Điển hình là Aspirin và nhưng thuốc chống đau, chống viêm khác. Các thuốc này làm ngăn chặn phải ứng của phân hóa tố cyclooxygenase trên chất arachidonic acid của cơ thể làm sinh ra nhiều hóa chất loại leukotrienes có tác dụng làm sưng, nổi đỏ, ngứa … như hóa chất histamine và làm nổi mề đay. Vì thế khi bị bệnh nổi mề đay, phải tránh uống thuốc aspirin hay các thuốc có tác dụng giống chất này.

Một số hóa chất cũng có tác dụng tương tự như cơ chế trên. Đặc biệt như trường hợp các hóa chất dùng để giữ đồ ăn không hư thối như sulfite, metabisulfite, dùng trong salad ở các tiệm ăn. Chất hóa học này cũng có trong rượu vang và nhiều đồ ăn khác. Một số hóa chất khác như benzoate cũng có trong đồ ăn hộp, một số chất phẩm như hóa chất tartrazine dùng làm phẩm trong nước uống như Tang, Kool-aid v.v… các loại này cũng có thể gây ra mề đay theo như cơ chế đã nói tren. Vì thế khi bị mề đay kinh niên khó trị thường phải tránh các thứ đồ ăn có nhiều chất hóa học thêm vào như các loại trên.

Những nguyên nhân khác của mề đay còn có các nguyên nhân vật lý như bị nổi mề đay do ánh sáng mặt trời, đi nắng nhiều bị nổi mề đay! Mề đay do lạnh, khi bị lạnh đột ngột như đang chỗ nóng vào chỗ lạnh như các người làm việc ở `cooler`, tắm nước quá lạnh… Những trường hợp này tuy hiếm nhưng cũng xảy ra ở một số người. Có người bơi rất giỏi nhưng bơi trong hồ lạnh bị chết vì loại mề đay này gây ra làm nổi mề đay khắp người và sưng phù đường khí quản làm nghẹt thở. Một ít người bị mề đay khi nào vận động nhiều, tập thể dục nhiều. Thường thấy hơn là loại mề đay do kích thích trên da gây ra, như quẹt vào da trên tay sẽ thấy nổi hằn mề đay theo đường quẹt. Loại này gọi là dermatographism vì có thể viết hay vẻ trên da, vài phút sau thấy nổi đỏ mề đay theo đường viết hay vẽ!

Nguyên nhân gây ra mề đay còn có rất nhiếu như những trường hợp bị mề đay kinh niên vì bị nhiễm trùng kinh niên như bị nấm kinh niên , nhiễm trùng khoang mũi kinh niên v.v… Một số lớn trường hợp không kiếm ra được nguyên nhân và được xếp loại không biết gọi là idiopathic. Thực ra vì kiếm cho hết nguyên nhân của nổi mề đay sẽ rất khó khăn.

Việc chữa trị mề đay can bản vẫn là tìm cho ra nguyên nhân như đã kể. Nếu biết được nguyên nhân như bị dị ứng với đồ ăn, phấn hoa, bụi, nấm, long thú, thuốc uống, chất hóa học … việc tránh các thứ đó nếu có thể được là điều quan trọng. Nếu không tránh được hay để chữa ngắn hạn, các loại thuốc antihistamines có thể dùng. Những trường hợp bị mề đay kinh niên có thể phải dùng tổng hợp nhiều thứ thuốc để chữa. Những thuốc thoa thường không có hiệu quả trong trường hợp bị mề đay. Ngoài ra những loại thử thuốc mạnh loại sterioid chích hay uống thường không nên dùng vì có thể gây hại nhiều hơn lợi. Chỉ trừ một số ít trường hợp đặc biệt mới có thể dùng trong thời gian ngắn.

Bệnh ngứa mề đay nếu bị ít, giới hạn thường chỉ cần trị liệu theo triệu chứng, tuy nhiên các trường hợp mề đay kéo dài trên 6 tuần tức đã trở thành kinh niên thường trị liệu khó khăn hơn nhiều và cần phải làm thử nghiệm khác nếu cần để tìm

nguyên nhân và trị liệu hiệu quả hơn.