



Những quan tâm về sức khỏe

Candidiasis (Thrush)

Candidiasis là gì?

Candidiasis hay thrush là một loại nhiễm trùng gây ra bởi một loại nấm hay men gọi là *Candida albican*. Loại nấm này thường được tìm thấy ở:

- Bên trong miệng
- Bên trong dạ dày và ruột
- Trên da
- Bên trong âm hộ.

Thông thường loại này được kiểm soát, kìm chế bên trong cơ thể bởi hệ thống miễn nhiễm và chỉ bị trở ngại khi loại nấm này phát triển quá mức. Điều này xảy ra khi:

- Hệ thống miễn nhiễm trở nên yếu đi bởi vì căng thẳng hay bệnh tật, hoặc
- Một người sử dụng thuốc trụ sinh và đồng thời làm chết đi những vi khuẩn không nguy hiểm và tạo cho *Candida* cơ hội phát triển.

Thrush là một loại phát triển khá phổ biến đối với những người có HIV/ AIDS (PHAs)

Triệu chứng của candidiasis?

- Nhiễm trùng candida trong miệng được gọi là thrush. Nhìn giống một miếng trắng hoặc giống như một miếng cheese. Khi miếng trắng đó được làm sạch, phần da bên dưới bị nổi đỏ và nhức. Thrush có thể làm đau họng, đau khi nuốt thức ăn, thay đổi khẩu vị, nôn ói và mất cảm giác khai vị. Điều này có thể lây từ cuống họng cho đến dạ dày.
- Nhiễm trùng *Candida* tại âm hộ có thể gây ra ngứa, rát, ứng đỏ và đau nhức ở khu vực âm hộ và có mảng trắng.

Candidiasis có thể ngăn ngừa được không?

Bởi vì nấm *Candida* sống tự nhiên trong cơ thể, do đó không thể tránh được. Sử dụng thuốc chống HIV nhằm giúp cho hệ thống miễn nhiễm mạnh lên, được xem như là một phương pháp tốt nhất ngăn cản candidiasis gây hại cho sức khỏe.

Thông thường, bác sĩ không khuyên bệnh nhân dùng các loại thuốc thông thường để phòng ngừa candidiasis, trừ khi loại nấm này tái phát hoặc candida bắt đầu làm nhiễm trùng cổ họng.

Những phương pháp thường được sử dụng ngăn ngừa candidiasis, bao gồm:

- Tránh ăn đường và những thức ăn, nước uống có chứa nhiều đường. Ví dụ như kẹo, một số loại cereal ngọt, thực phẩm làm từ tinh bột trắng (bánh mì, doughnuts, cookies, bánh bông lan), nho, nước ép nho, các loại thực phẩm làm từ bột.
- Uống những loại thuốc bổ có những vi khuẩn tốt cho sức khỏe như *lactobacillus acidopilus* dưới dạng viên hoặc bột.
- Ăn sữa chua (yogurt) có chứa những vi khuẩn tốt
- Xúc miệng với chất có tinh dầu cây trà



Điều trị candidiasis như thế nào?

Phương pháp chữa trị candidiasis có thể phân ra làm hai cách:

- Tập trung vào ngay vị trí và khu vực nhiễm trùng. Có nhiều dạng thuốc như kem thoa (clotrimazole), thuốc nhét hậu môn (miconazole), thuốc viên ngậm hoặc thuốc súc miệng (Nystatin)
- Các phương pháp điều trị trọn vẹn thường là uống thuốc. Thuốc được sử dụng nhiều nhất để chống lại nấm là ketoconazole (Nizoral), itraconazole (Sporanox) và fluconazole (Diflucan). Candida có thể trở nên lờn với những loại thuốc này, có nghĩa là những loại thuốc này có thể sẽ không còn hiệu nghiệm. Nế y điều này xảy ra, một loại thuốc chích chống lại nấm có thể sẽ được dùng, có tên gọi là Amphotericin B
- Thuốc tập trung vào ngay vị trí và khu vực nhiễm trùng thường rẻ và ít có phản ứng phụ hơn, tuy nhiên những loại thuốc này có mùi vị khó chịu và cần thời dài hơn để có tác dụng.
- Các phương pháp điều trị toàn bộ mắc tiền hơn, có nhiều phản ứng phụ và có thể phản ứng với những loại thuốc khác, tuy nhiên sẽ có nhiều tác dụng nhanh hơn.
- Các phản ứng phụ của những loại thuốc chống nấm gồm buồn nôn, ói mửa và nổi đỏ.
- Itraconazole và ketoconazole có thể phản ứng lại với một số thuốc khác mà những người mắc bệnh AIDS có sử dụng.
- Amphotericin B có thể tạo ra chứng thiếu máu và các trở ngại cho thận.

Phải nói chuyện với bác sĩ và dược sĩ về những phản ứng phụ và các loại thuốc phản ứng với nhau có thể xảy ra. Một điều rất quan trọng là bạn phải cho bác sĩ và dược sĩ biết tất cả những loại thuốc có toa và không có toa (kể cả thuốc bổ và dược thảo) mà bạn đang sử dụng.

Một vài phương pháp có thể áp dụng để giảm bớt đau và triệu chứng gây ra bởi candidiasis:

- Giảm bớt những chất cay trong thực phẩm
- Giảm ăn những loại trái cây như cam, chanh, bưởi
- Đánh răng, nướu và lưỡi bằng bàn chải mềm sau mỗi bữa ăn và trước khi đi ngủ.
- Ăn thức ăn mềm nếu bạn bị khó khăn khi nuốt
- Bỏ rượu và thuốc lá bởi vì những thứ này sẽ làm tấy sưng phần bên trong miệng của bạn.

Copyright @ACAS 2001 & 2003. This fact sheet is produced by ACAS (Asian Community AIDS Services) and is available in English, Chinese (Traditional and Simplified), Tagalog and Vietnamese. Funding for this project is provided by the Ontario HIV Treatment Network (OHTN) and Health Canada. Copies can be downloaded at : www.acas.org/treatment. ACAS provides comprehensive support and case management services for Asian people living with HIV/AIDS; and HIV/AIDS prevention education to the east and southeast Asian Canadian populations in the Greater Toronto Area. ACAS is located at 33 Isabella Street, Suite 107, Toronto, Ontario M4Y 2P7. Tel: (416)-963-4300, Fax: (416)-963-4371 Email: support@acas.org

Legal Disclaimer: While we make every attempt to ensure the accuracy and reliability of information contained in this website/ fact sheet, the information provided here are designed for reference purposes only. These information should not be relied upon as a substitute for medical advice from a qualified professional health care provider and should not be used for diagnosing or treating a condition or illness. Please consult a physician if you have any concerns about your health, treatment regimen and questions related to HIV/AIDS. ACAS, its employees and board members will not be responsible for any loss or harm, however arising, from the use of, or reliance on this information.