



# Những quan tâm về sức khỏe

## Chủ động với những phản ứng phụ của thuốc chống HIV

hàn chỉnh tháng 12, 2005

### Phản ứng phụ là gì?

Thuốc điều trị được chỉ định với mục đích chữa bệnh. Tuy nhiên nhiều loại thuốc có thể gây ra những triệu chứng ngoài ý muốn. Những triệu chứng này gọi là phản ứng phụ

Phản ứng phụ có thể nhẹ hay nặng tùy vào những đối tượng khác nhau như giới tính, chủng tộc. Một số phản ứng phụ có thể xảy ra khoảng vài ngày và một số có thể xảy ra trong suốt quá trình dùng thuốc, thậm chí sau khi đã ngưng thuốc.

Đôi khi cũng khó biết rõ những triệu chứng bạn gặp phải là phản ứng phụ hay là do HIV đem lại, hay một hình thức nhiễm trùng khác. Có khi triệu chứng lại là kết quả của tổng hợp những lý do trên.

### Những hình thức của phản ứng phụ?

Nói chung, tóm tắt của phản ứng phụ: ngắn hạn và dài hạn

**Phản ứng phụ ngắn hạn:** sau khi dùng thuốc, bạn có triệu chứng không được thoải mái (có thể ngay sau khi dùng thuốc hoặc trong vòng vài tuần lễ đầu). Nhiều người phải qua giai đoạn làm quen khi họ đổi thuốc. Giai đoạn này kéo dài khoảng 4-6 tuần. Nếu cơ thể bạn quen được với thuốc, các phản ứng phụ sẽ giảm đi từ từ theo thời gian. Đôi khi phản ứng phụ có thể kéo dài. Những phản ứng phụ ngắn hạn từ thuốc chống HIV bao gồm:

- mệt mỏi
- nhức đầu
- nôn ọ
- tiêu chảy
- da nổi đỏ
- đau dây thần kinh ngoại biên (đau, nóng, hoặc tê tứ chi)
- chu kỳ kinh nguyệt thay đổi

**Phản ứng phụ dài hạn:** bao gồm những triệu chứng kéo dài song song với thời gian dùng thuốc và một số triệu chứng bắt đầu xuất hiện sau một thời gian dùng thuốc (vài tháng hay vài năm). Đây là những ảnh hưởng lâu dài do dùng thuốc gây nên đã ảnh hưởng đến hoạt động của cơ thể.

Những phản ứng phụ thường thấy bao gồm:

- Kích thích cơ thể thay đổi
- Lượng mỡ và đường trong máu thay đổi (mỡ trong máu tăng cao, tiểu đường)
- Mật độ xương thay đổi (yếu, dễ gãy, một số nơi bị mất xương)
- Yếu sinh lý
- Trầm cảm
- Đau dây thần kinh ngoại biên (đau, nóng, hoặc tê tứ chi)



## Tôi phải làm sao khi gặp các phản ứng phụ này?

Đề đối phó với những phản ứng phụ là phải hiểu biết, để ý và có chương trình đối phó nếu sự việc xảy ra.

Trước khi bắt đầu dùng một loại thuốc mới, cần hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ:

- Những phản ứng phụ của thuốc (ngắn hạn, dài hạn)
- Phản ứng phụ nào nguy hiểm nhất
- Khi nào phản ứng phụ có thể xảy ra
- Khi nào những phản ứng phụ này chấm dứt
- Tôi phải làm gì để ngừa những phản ứng phụ này
- Tôi phải làm gì để đối phó những phản ứng phụ này
- Khi nào tôi có thể gọi cho bác sĩ hoặc phải ngưng thuốc.

Sau khi dùng thuốc:

- Ghi lại thời điểm uống thuốc và uống bằng cách nào
- Ghi lại cảm giác sau mỗi lần uống thuốc. Phản ứng có thể khó chịu hoặc tồi tệ hơn, bạn cũng phải giữ nguyên liều lượng và sẽ quen dần

Những phương pháp khác:

- Thay đổi cách dùng thuốc (ví dụ uống khi bụng no hay uống bụng đói)
- Đổi giờ uống thuốc
- Dùng thuốc và các phương pháp điều trị khác. Điều quan trọng là bạn cho bác sĩ và dược sĩ biết về những loại thuốc bạn mua tự do, kể cả những phương pháp điều trị cổ truyền mà bạn đang theo để bác sĩ/ dược sĩ nhằm tránh được những sự phản ứng về thuốc sử dụng.

Để biết thêm chi tiết về những phản ứng phụ, xin xem tài liệu “Quan Tâm về sức khỏe”:

- Đau xương
- Trầm cảm
- Tiêu chảy
- Lượng axit gia tăng
- Dạng cơ thể thay đổi
- Thận kinhngọai biên
- Yếu sinh lý
- wasting

Không được tự ý thay đổi liều lượng hoặc ngưng thuốc mà không có sự đồng ý của bác sĩ, dược sĩ. Nếu bạn làm như vậy, siêu vi khuẩn sẽ trở nên lờn thuốc và sẽ dẫn đến thất bại trong điều trị. Bạn nên tham khảo ý kiến với bác sĩ làm cách nào để có cách giải quyết tốt nhất.

**Copyright @ACAS 2001 & 2006.** 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](http://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](mailto: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.