

HỘI CHỨNG MỆT MỎI MẠN TÍNH

Hội chứng mệt mỏi mạn tính, ban đầu được coi là vấn đề tâm lý hoặc thậm chí là 1 lý do giả ốm để xin nghỉ việc, nhưng thực tế nó là một bệnh ảnh hưởng tới hơn 1 triệu người Mỹ, Trung tâm kiểm soát và phòng chống Bệnh Hoa Kỳ (CDC) cho biết.

“Hội chứng mệt mỏi mạn tính là một chứng bệnh nguy hiểm khiến cho người bệnh không thể tham gia vào các hoạt động hàng ngày cũng như làm những việc mà họ vẫn thường thích”, giám đốc của CDC cho biết. Trong đó, tới 80% những người mệt mỏi triền miên không biết mình mắc bệnh.

(Ảnh: Reuters)

Nguyên nhân của bệnh vẫn chưa rõ nhưng nó có thể gây ra sự mệt mỏi rã rời, khó ngủ và các vấn đề có liên quan đến trí nhớ và sự tập trung. Chẩn đoán và điều trị sớm sẽ giúp bệnh nhân khỏi bệnh, thậm chí là ngày nay người ta cũng chưa biết chính xác cách thức điều trị tốt nhất cho bệnh này.

Bệnh có các triệu chứng giống cúm, gồm đau các cơ và khớp, nổi hạch, sưng họng và đau đầu cũng thường thấy. “Một tính đặc điểm của bệnh đó là các triệu chứng nặng lên nhanh chóng nếu bệnh nhân có các gắng sức thể lực hoặc tâm lý”, CDC cho biết. Chẩn đoán bệnh chủ yếu dựa vào hỏi tiền sử bệnh nhân, khám lâm sàng và các xét nghiệm để loại trừ các bệnh khác. Một vài bệnh khác có triệu chứng giống hội chứng mệt mỏi mạn tính như hội chứng fibromyalgia (đau cơ, gân, dây chằng và các mô mềm), viêm não tuỷ đau cơ, chứng suy nhược thần kinh...

Có khoảng 10 triệu người có các bệnh mệt mỏi tương tự những nó không phải là hội chứng mệt mỏi mạn tính khi nó không đáp ứng được định nghĩa nghiêm ngặt của bệnh.

Về điều trị, không có một liệu pháp điều trị nào thực sự có hiệu quả nhưng giảm căng thẳng, hạn chế ăn kiêng, giãn cơ nhẹ nhàng và cung cấp đủ chất dinh dưỡng có thể giúp cải thiện tình trạng bệnh. Thuốc cũng có thể kê trong một số trường hợp, ví dụ như các thuốc chống trầm cảm 3 vòng không chỉ giúp cải thiện cảm xúc của bệnh nhân mà còn giúp giảm đau và dễ ngủ. Bệnh nhân cũng nên tránh các loại dược thảo như cây ma hoàng, cây kava (thuộc họ hồ tiêu), cây tía tô đất, rễ cam thảo... và các loại khác có thể gây tác dụng nguy hiểm.

BS. Lê Thu, bác sỹ khoa Thận Nhân Tạo, bệnh viện Bạch Mai. (Dịch từ Reuters, 3/11/2006)

Email: kiddoc81@yahoo.com