# KỸ NĂNG CHĂM SÓC NGƯỜI BỆNH NGHIỆN MA TÚY

Trên thế giới tình trạng nghiện ma túy ngày càng tăng về qui mô cũng như sự ra đời các sản phẩm ma túy mới độc hại hơn nhiều so với trước đây. Tại Việt Nam tình hình nghện ma túy tăng dần. Trước đây chủ yếu là dùng thuốc phiện để hút hay chích nay đã chuyển sang dùng Heroin và các chế phẩm tổng hợp khác. Tình trạng nghiện ma túy đã xâm chiếm dần vào trường học, theo các báo cao mới đây số học sinh nghiện ma túy tăng dần.

* *Dùng ma túy hợp pháp*
* *Lạm dụng ma tùyNghiện ma túy*
* *Các loại ma túy:*
* Thuốc phiện và các chất Opioid khác
* Cần sa
* Lá coca và cocain
* Amphetamin
* Các chất gây ảo giác

1. **Đánh giá người bệnh nghiện ma túy**

***Tiền sử***

* Quá trình phát triển tâm thần và thể chất
* Trình độ văn hóa
* Phát triển nhân cách
* Các sang chấn trong cuộc sống
* Các bệnh nội khoa mắc phải
* Cấu trúc gia đình

***Tiền sử các nghiện chất***

* Tiền sử dùng thuốc lá
* Lần đầu tiên dùng ma túy
* Các loại ma túy đã dùng
* Lượng ma túy dùng hằng ngày
* Cách dùng ma túy
* Lần dùng ma túy cuối cùng
* Các lần cai ma túy
* Tại sao dùng ma túy
* Tại sao cai ma túy
* Tại sao tái nghiện ma túy

***Thăm khám hiện tại***

1. *Các biểu hiện bệnh nội khoa*

* Viêm tắc tĩnh mạch: xem tay người bệnh có các vết tiêm tĩnh mạch và viêm tĩnh mạch trong trường hợp tiêm tĩnh mạch
* Bệnh lý gan, mật: kiểm tra viêm gan do dùng chung kim tiêm (vàng da, mắt,…)
* Bệnh lý mũi, họng: trong trường hợp hít Heroin
* Mạch, huyết áp
* Đau nhức lưng, mỏi mệt toàn thân
* Tiêu hóa: ăn uống, đại tiện
* Bệnh lý tại mũi, họng
* Bệnh lý tim mạch, hô hấp

1. *Các biểu hiện tâm thần*

* Ý thức người bệnh
* Tri giác: chú ý đến ảo giác, ảo tưởng và loạn cảm giác
* Tình cảm, cảm xúc: các cơn bùng nổ cảm xúc, trầm cảm
* Hành vi: xung động, kích động hoạt động có ý chí, hoạt động bản năng.
* Tư duy: kiểm tra các định kiến, hoang tưởng.

1. *Các yếu tố môi trường*

* Cấu trúc gia đình
* Các sang chấn có ý nghĩa trong cuộc sống
* Các hệ thống nâng đỡ có giá trị đối với người bệnh.

**2. Biểu hiện lâm sàng của hội chứng cai ma túy**

Theo ICD-10 hội chứng cai được gọi là trạng thái cai và mê sảng

Hội chứng cai thường xuất hiện sau khi ngưng uống thuốc kỳ cuối cùng từ 8-16h

*Hội chứng cai bao gồm 12 triệu chứng trình tự xuất hiện như sau:*

* Thèm chất ma túy
* Chảy nước mũi, hắt hơi
* Chảy nước mắt
* Đau cơ, chuột rút
* Đau quặn bụng
* Nôn, mửa
* Tiêu chảy
* Dãn đồng tử
* Nổi da gà, rét run
* Nhịp tim nhanh, hạ huyết áp
* Ngáp
* Ngủ không yên

Triệu chứng cai thường xuất hiện trong ngày đầu nhập viện và giảm dần vào ngay thứ 3-4.

Tần số những ngày đầu 4-10 cơn/ngày nhiều nhất vào ngày thứ 1 và 2 giảm dần vào ngày 3-4.

Thời gian kéo dài của một cơn từ 15-20 phút

Sút cân nhiều nhất vào ngày đầu trung bình 2,5kg/ngày bắt đầu tăng vào ngày thứ 7.

Các triệu chứng mất ngủ gặp đa số trường hợp và thường kéo dài 7-8 ngày.

*Mã số chẩn đoán theo ICD-10*

F11 Các rối loạn tâm thần và hành vi do sử dụng các chất có thuốc phiện

* F11.0 Nhiễm độc cấp
* F11.1 Sử dụng gây hại
* F11.2 Hội chứng nghiện
* F11.3 Trạng thái cai
* F11.4 Trạng thái cai với mê sảng
* F11.5 Rối loạn loạn thần
* F11.6 Hội chứng quên
* F11.7 Rối loạn loạn thần di chứng và khởi phát muộn
* F11.8 Các rối loạn loạn thần và các hành vi khác
* F11.9 Rối loạn tâm thần và hành vi không biệt định

**3. Các phương pháp điều trị cai ma túy**

Cai ma túy thường qua các giai đoạn sau:

- *Giai đoạn giải độc(điều trị hội chứng cai):* có nhiều phương pháp khác nhau

* Điều trị bằng an thần kinh
* Điều trị bằng thuốc đông y, châm cứu
* Điều trị bằng tâm lý liệu pháp
* Các thuốc đối kháng
* Cai khô
* Phương pháp Methadone

- *Giai đoạn phục hồi chức năng:* mục đích là hồi phục lại các hoạt động nghề nghiệp, nhân phẩm, quan hệ xã hội cho người bệnh.

- *Hòa nhập lạ cộng đồng*: đây là giai đoạn khó khăn và phức tạp nhất

**4. Chẩn đoán và can thiệp điều dưỡng**

***4.1. Lo âu do các triệu chứng cai***

a. Biểu hiện lâm sàng

- Người bệnh trong giai đoạn cai ma túy

- Người bệnh giảm cảm giác lo âu

b. Lập kế hoạch

Trong suốt quá trình cai nghiện người bệnh sẽ nhận thức rằng lo âu có thể gia tăng và người bệnh sẽ có khả năng thích nghi được với tình trạng bệnh này.

c. Can thiệp

- Đánh giá mức độ lo âu

- Đối với lo âu nặng:

+ Tạo điều kiện thuận lợi (tắm nước ấm, môi trường yên lặng)

+ Dùng các câu ngắn, đơn giản, với giọng nói êm dịu

* Lo âu vừa và nhẹ:

+ Động viên người bệnh nói khi nào bị lo âu

+ Khuyên người bệnh tham gia các hoạt động

***4.2 Thay đổi dinh dưỡng ít hơn nhu cầu cơ thể do các tác dụng phụ của ma túy***

a. Biểu hiện lâm sàng

* Người bệnh đang cai ma túy
* Cảm giác chán ăn, mệt mỏi quá mức không thể ăn được, buồn nôn, nôn

b. Lập kế hoạch

Người bệnh có kế hoạch ăn uống đầy đủ

c. Can thiệp

* Đánh giá kiểu dinh dưỡng cho người bệnh
* Cung cấp thường xuyên đầy đủ các thức ăn đủ dinh dưỡng, vitamin
* Khuyên người bệnh ngừng thuốc
* Đánh giá kỹ năng uống của người bệnh

***4.3. Thích nghi với gia đình không hiệu quả liên quan đến kiểu sống do dùng thuốc***

a. Biểu hiện lâm sàng

* Dùng ma túy kéo dài
* Có sự xung đột trong gia đình

b. Lập kế hoạch

Người bệnh công nhận tác hại của ma túy đến gia đình

c. Can thiệp

* Khởi đầu tạo mối quan hệ 1-1 với người bệnh
* Khuyên người bệnh bộc lộ định hướng giá trị gia đình
* Khuyên người bệnh thảo luận mối quan hẹ trong gia đình
* Người bệnh nên phát triển hệ thống nâng đỡ trong gia đình

***4.4. Thay đổi việc duy trì sức khỏe do kiểu sống không phù hợp***

a. Biểu hiện lâm sàng

* Người bệnh dùng thuốc lâu dài
* Không quan tâm đến sức khỏe
* Có các hành vi ảnh hưởng đến sức khỏe

b. Lập kế hoạch

Người bệnh sẽ có trách nhiệm về sức khỏe của mình

c. Can thiệp

* Đánh giá kỹ năng bảo vệ sức khỏe
* Hướng dẫn cho người bệnh cách bảo vệ sức khỏe
* Chuyển người bệnh đến các trung tâm bảo vệ sức khỏe

***4.5. Mất quyền lực do phụ thuộc thuốc***

a. Biểu hiện lâm sàng

* Người bệnh dùng thuốc kéo dài
* Không có vai trò gì trong gia đình và xã hội

b. Lập kế hoạch

Người bệnh có khả năng kiểm soát được việc dùng thuốc

c. Can thiệp

* Giải thích cho người bệnh nhận diện vấn đề do ma túy gân ra
* Hướng dẫn người bệnh xác định các chất ma túy tác động đến cuộc sống
* Giúp người bệnh các cơ chế thích ứng (ăn uống đầy đủ, nghỉ ngơi)
* Khuyên người bệnh tham gia các hoạt động điều trị

***4.6. Tương tác xã hội giảm do ảnh hưởng của thuốc***

a. Biểu hiện lâm sàng

* Người bệnh dùng thuốc thời gian dài
* Không tham gia các hoạt động xã hội

b. Lập kế hoạch

Người bệnh nhận thức được rằng thuốc làm thay đổi hành vi xã hội của mình

c. Can thiệp

* Giúp người bệnh nhận thức được sự cách ly xã hội
* Dành nhiều thời gian với người bệnh
* Giúp người bệnh có kỹ năng xã hội mới thông qua việc đóng vai
* Khuyên người bệnh tham gia các hoạt động xã hội mà không cần đến thuốc

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Ruth Elder, Katie Evans, Debra Nizette, Điều dưỡng bệnh tâm thần và sức khỏe tâm thần, Xuất bản lần thứ 2, Nhà xuất bản Đồng Nai, 2013.

2. Trương Tuấn Anh, Điều dưỡng bệnh tâm thần và sức khỏe tâm thần, Nhà xuất bản y học, 2007.