


# CÁCH ĐIỀU TRỊ CỤC BỘ (TẠI CHỖ) BỆNH VẨY NẾN MẢNG

Có nhiều cách điều trị tại chỗ có thể giúp quý vị kiểm soát bệnh vẩy nến mảng, gồm có kem, thuốc mỡ, gel, kem dưỡng da, dầu gội và bột. Hãy tìm hiểu cách đạt hiệu quả nhất với các điều trị này.

## 1 Bệnh vẩy nến mảng là gì?

Vẩy nến mảng là bệnh trạng tự miễn dịch ảnh hưởng đến da quý vị. Điều này có nghĩa hệ miễn dịch tấn công tế bào trong cơ thể chính quý vị. Trong thời gian bệnh bùng phát, quý vị có thể bị các mảng vẩy nổi lên, màu đỏ hoặc bạc, thường thấy ở khuỷu tay, đầu gối, lưng dưới và da đầu. Dù bệnh vẩy nến mảng không thể chữa khỏi, nhưng có thể điều trị da khỏi hẳn hoặc kiểm soát được.

 Bệnh vẩy nến mảng có thể xuất hiện trên da, nhưng có thể ảnh hưởng đến tâm trạng và cách quý vị cảm nhận về bản thân.





Nếu nhận thấy bệnh vẩy nến mảng ảnh hưởng đến tâm trạng mình, quý vị có thể nói với bác sĩ gia đình (GP) để tiếp cận chương trình sức khỏe tâm thần hoặc trò chuyện với tư vấn viên trên đường dây trợ giúp **Beyond Blue 1300 22 4636**.

## 2 Cách nào điều trị bệnh vẩy nến mảng?

Các đợt bùng phát mảng vẩy nến có thể do căng thẳng, thời tiết lạnh, da khô, nhiễm trùng đường hô hấp trên hoặc từ một số loại thực phẩm và đồ uống. Các yếu tố khởi phát khác nhau tùy mỗi người, đó là một trong nhiều lý do khiến không có phương pháp điều trị phù hợp với tất cả.

**Nếu quý vị mới được định bệnh gần đây, bác sĩ có thể đề nghị dùng một hay vài cách điều trị như kem hoặc thuốc mỡ trên da - đây là cách điều trị cục bộ (tại chỗ).**

Có bốn loại điều trị tại chỗ chính bệnh vẩy nến mảng:

 Corticosteroid	 Calcipotriol	 Nhựa than	 Axit salicylic
<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Những chất này làm giảm viêm da.</li><li>▶ Rủi ro làm mỏng da và các phản ứng phụ khác rất thấp khi dùng theo toa.</li><li>▶ Hãy trò chuyện với bác sĩ nếu quý vị sử dụng kem hoặc thuốc mỡ corticosteroid liên tục hơn một tháng mà không thấy có tác dụng.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Dạng vitamin D nhân tạo này kích thích da phát triển lành mạnh.</li><li>▶ Calcipotriol kết hợp với corticosteroid có thể hiệu quả hơn khi điều trị bệnh vẩy nến và giảm rủi ro mỏng da.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Điều trị này làm chậm phát triển các tế bào da và giảm viêm, ngứa ngứa và khô da.</li><li>▶ Da quý vị có thể nhạy cảm hơn với ánh nắng suốt 24 giờ sau khi dùng nhựa than này, vì vậy hãy cẩn thận hơn khi ra nắng.</li><li>▶ Nhựa than có thể dơ nhờn khi dùng.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ Axit này làm mềm loại protein trong da có tên keratin, và giúp bong tróc da khô có vảy.</li><li>▶ Đôi khi các điều trị này có thể cần pha chế từ đầu (pha trộn) tại một hiệu thuốc chuyên khoa/ đặc trị.</li></ul>



## Thắc mắc cần hỏi bác sĩ

Những người bị vẩy nến mảng đáp ứng tốt hơn với một số điều trị tại chỗ so với những người khác. Khi quý vị được cho thuốc điều trị, hãy nhớ thảo luận với bác sĩ những lợi ích và rủi ro có thể có. Sau đây là một số thắc mắc quý vị có thể hỏi:

### 1. Tại sao tôi có thể được lợi từ loại điều trị này?

Có nhiều cách điều trị vẩy nến mảng, vì thế quan trọng là phải hiểu tại sao chọn cách này cho quý vị. Có thể điều trị này đạt hiệu quả cao với phần cơ thể bị bệnh này, hoặc thuốc có ít phản ứng phụ nhất.

### 2. Tôi nên thoa/bôi bao nhiêu thuốc tại chỗ?

Luôn kiểm tra với bác sĩ kê toa cần dùng bao nhiêu thuốc điều trị và nên thoa/bôi dày bao nhiêu. Hãy yêu cầu bác sĩ so sánh với kích thước một vật thể, chẳng hạn đồng xu hay hạt đậu để biết chắc quý vị đang thoa thuốc đúng liều lượng.

### 3. Tôi làm gì nếu gặp phản ứng phụ?

Nếu quý vị gặp phải các phản ứng phụ khó chịu, hãy nói chuyện với bác sĩ để thảo luận về các lựa chọn, chẳng hạn một loại thuốc hoặc điều trị tại chỗ có độ mạnh khác, quang trị liệu (trị liệu dùng ánh sáng) hoặc thuốc khác.

### 4. Cách nào để biết phương pháp điều trị này có tương tác với thuốc khác tôi uống hay không?

Hãy nhớ cho bác sĩ hoặc dược sĩ biết các thuốc quý vị đang dùng trị các bệnh trạng khác. Nếu không có danh sách thuốc, quý vị có thể in hoặc tải xuống danh sách này từ [www.nps.org.au/medicineslist](http://www.nps.org.au/medicineslist) hoặc dùng ứng dụng MedicineWise. Truy cập NPS MedicineWise tại [nps.org.au/medicinewiseapp](http://nps.org.au/medicinewiseapp) để biết thêm thông tin, hoặc tải xuống ứng dụng trên điện thoại thông minh ngay hôm nay.

### 5. Tôi cần dùng cách điều trị này trong bao lâu và làm sao biết điều trị có hiệu quả không?

Có thể dùng một số cách điều trị trong thời gian ngắn, chỉ khi các triệu chứng bùng phát. Các loại kem và thuốc mỡ khác có thể dùng lâu dài và kết hợp với các thuốc khác bác sĩ kê toa. Hãy hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ những gì quý vị có thể trông đợi từ điều trị này và khi nào sẽ bắt đầu thấy kết quả.

## Lời nhắc quan trọng

- ✓ Giữ da ẩm để tránh kích ứng. Dùng sữa rửa mặt không chứa xà phòng hoặc rửa và thoa kem dưỡng ẩm không mùi thơm ngày hai lần (hay nhiều hơn vào những ngày khô lạnh). Quý vị có thể thoa kem dưỡng ẩm sau khi tắm vì được hấp thụ tốt hơn khi da hơi ẩm.
- ✓ Hãy cẩn thận hơn nếu quý vị dùng các điều trị tại chỗ trên mặt, bộ phận sinh dục hoặc các nếp nhăn trên da. Hãy nhờ bác sĩ hướng dẫn thêm, tránh bị kích ứng.
- ✓ Bệnh vẩy nến mảng có thể thay đổi theo thời gian và không phải lúc nào cũng đáp ứng với cùng một phương pháp điều trị. Quan trọng là quý vị phải theo dõi bệnh trạng và đến gặp bác sĩ nếu không thấy cải thiện.

### Để biết thêm thông tin

Để biết thêm thông tin về vẩy nến mảng, hãy tìm kiếm 'bệnh vẩy nến' trong mục da từ A – Z được soạn thảo do Trường Cao đẳng Da liễu Australasian College of Dermatologists [dermcoll.edu.au/a-to-z-of-skin/](http://dermcoll.edu.au/a-to-z-of-skin/)

Tìm thêm thông tin chi tiết về các cách điều trị bệnh vẩy nến mảng trên trang mạng [dermnetnz.org](http://dermnetnz.org)

### +TARGETED THERAPIES ALLIANCE

Giúp người tiêu dùng và chuyên gia y tế đưa ra các quyết định trị liệu an toàn và sáng suốt về loại thuốc chống thấp khớp tác dụng chậm sinh học (bDMARD) và các thuốc đặc trị khác. Được Bộ Y tế Chính phủ Úc tài trợ thông qua Cấp quỹ Chương trình Giá trị khi Kê toa bDMARDs (Value in Prescribing bDMARDs Program Grant).



THE AUSTRALASIAN COLLEGE  
OF DERMATOLOGISTS



Psoriasis Australia  
Support Education Awareness  
[www.psoriasisaustralia.org.au](http://www.psoriasisaustralia.org.au)



NPS  
MEDICINEWISE