

Sức khỏe : Thận



Đến lúc tôi hiểu được sự quan trọng của thận trong bộ máy tuần hoàn của con người, do tạo hóa xếp đặt ra.. thì đã quá muộn.. hai trái thận của tôi đã teo lại như hai trái táo tàu... khô! Và những gì đã xảy ra? một câu hỏi mà các bạn bè của Việt Times tại Toronto đã hỏi tôi, nhân dịp tôi về thăm lại thành phố xưa, một thời đã lợi tuyệt thức khuya, dậy sớm lo kinh doanh....

Tôi không phải là một bác sĩ, cũng không rành gì về y học để trình bày một cách rõ ràng về những triệu chứng về bệnh thận, nhưng những gì tôi viết ra đây, là kết tụ của những năm tháng dài đau khổ vì thận hư.. và dưới cái nhìn của một bệnh nhân, với những xúc cảm vui buồn của căn bệnh.

Khoảng 15 năm trước đây, lúc tôi còn ở Montreal, tôi lúc nào cũng tự hào về sức khỏe của mình, bung mình như cánh chim bay lộng gió khắp đó đây.. coi thường mưa nắng... Rồi bỗng một hôm, cảm thấy mệt mỏi, con đường dốc gần Parc Lafontaine bỗng trở thành một ngọn đồi Đồng Long của An Lộc ngày nào, từ văn phòng đến ngân hàng tự nhiên thật xa và mệt mỏi, tim đập mạnh.. vượt qua khoảng 300 mét mà mệt nhoài.. tôi tự hỏi, sao sức mình yếu thế này nhỉ? phải chăng những cơn khủng hoảng của việc gia đình tan vỡ là nguyên nhân chăng?

Tôi đến gặp Bác Sĩ An, người Trưởng Ty Y Tế tại Bình Long ngày nào, một thời cùng nhau tử thủ trong trận chiến mùa hè đỏ lửa 72, Bác sĩ An lắc đầu vì áp huyết lên quá cao 200/120.. À ra thế, tôi đã bị cao áp huyết.. một triệu chứng đầu tiên của căn bệnh.

Chưa kịp chữa trị thì tôi dọn về Vancouver, bỏ lại thành phố Montreal đầy kỷ niệm.. con đường thật dài, trên 5000 km đã nuốt trọn sau 4 ngày lái xe, hầu như không ngừng nghỉ.. và những triệu chứng gần như dồn dập.. những viên thuốc Adalat từ 20, chuyển sang 30 rồi 60 được thay thế tùy theo diễn tiến của mỗi lần đo áp huyết.

Tôi được giới thiệu đến một Bác sĩ chuyên môn khám nghiệm, cuộc byopsi thận không kết quả vì hai trái thận.. teo mất rồi. Quá trễ rồi...

Kết quả thử máu cho hay, chất creatinie lên cao.. Creatinie là độ dư còn lại trong máu mà thận không lọc được, trung bình độ dư khoảng 110 là bình thường đối với một người đàn ông lúc đó, độ creatinie của tôi lên cao hơn 300 tức là gấp ba lần bình thường.. Cho đến một hôm, lên cao khoảng 450 thì Bác sĩ Lien, một vị Bác sĩ người Trung Hoa chuyên khoa về thận đã thảo luận và quyết định cho tôi đi lọc

máu.

Ông ta phân tích, có hai loại : lọc máu và rửa thận: lọc máu có nghĩa là phải vào bệnh viện để dùng máy (*thận nhân tạo*) để lọc chất nước dư trong người ra, đồng thời lọc chất dư trong máu.. danh từ chuyên môn gọi là hemo-dialysis và lọc 3 ngày một tuần mỗi lần khoảng 6 tiếng kể cả việc chuẩn bị, và cách thứ hai là rửa thận mà danh từ chuyên môn gọi là Peritoneal Dialysis, cách thức này không phải đến bệnh viện có thể tự làm lấy tại nhà và mỗi ngày thay nước rửa 4 lần (*khoảng 45 phút/ lần*) và 7 ngày trong tuần.. Nghe đến đây, tôi xin chọn

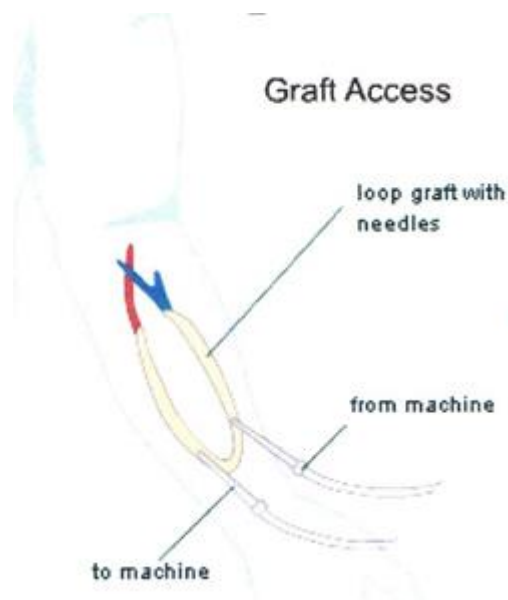
cách đi lọc máu (*hemo-dialysis*) và Bác sĩ Lien gửi tôi đi gặp ông fustila.

Cuộc đời tôi bắt đầu.. khôn nạn từ đây !

Ông Fustila và Catheter là gì ?

Để lọc máu, bệnh nhân phải qua một cuộc giải phẫu để gắn ống cao su vào các động mạch, và mỗi lần lọc máu, phải dùng hai cây kim dài khoảng 10cm, như cây kim đan nhỏ và cắm vào ống cao su, gắn trong mạch máu, để một kim hút máu ra, và một kim đưa máu vào.

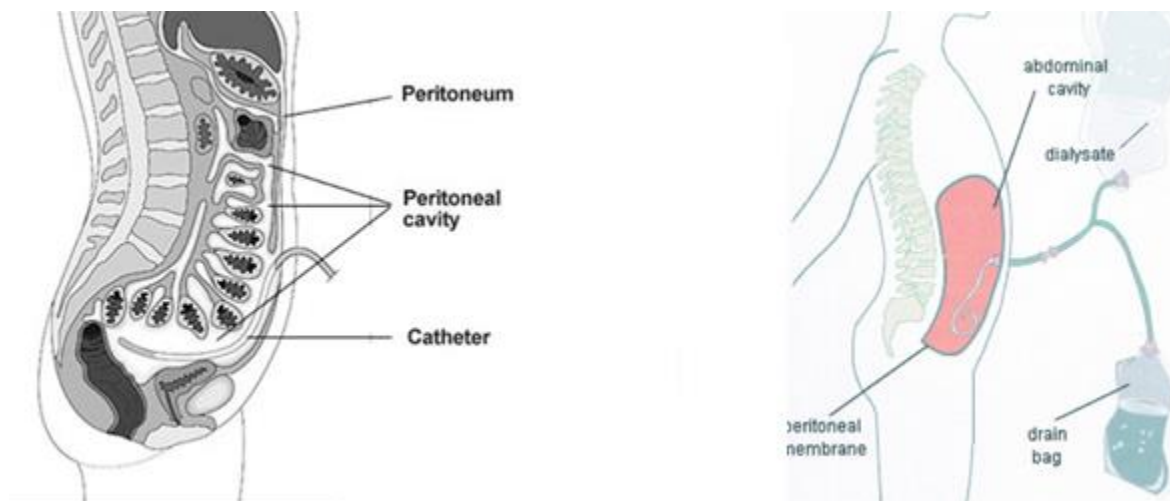
Cuộc giải phẫu kéo dài khoảng 2 tiếng và bệnh nhân trở về trong ngày, sau đó bệnh nhân phải tập với những trái banh cao su, làm sao cho ống cao su nổi lên trên cánh tay, như những con rắn nhỏ lượn trên cành cây...



Trung bình, sau khi gắn ống fustila khoảng 6 tuần đến 4 tháng thì ống mới sẵn sàng để dùng lọc máu.. do đó, Bác sĩ khi thấy độ creatinie khoảng 400 là cho đi gắn ống fustila ngay.. vì nếu không sẽ chậm trễ việc lọc máu.

Trong trường hợp khẩn cấp sau khi gắn Fustila mà chưa dùng được, mà bệnh nhân cần lọc máu ngay thì bệnh viện sẽ gắn một ống tạm gọi là Catheter, tức là nối hai ống cao su có khóa đẩy và gắn tại cổ để nối liền với động mạch từ tim.. Cách này cũng được dùng một khi không lấy được máu từ các ống Fustila tại cánh tay.

Peritoneal Dialysis ?

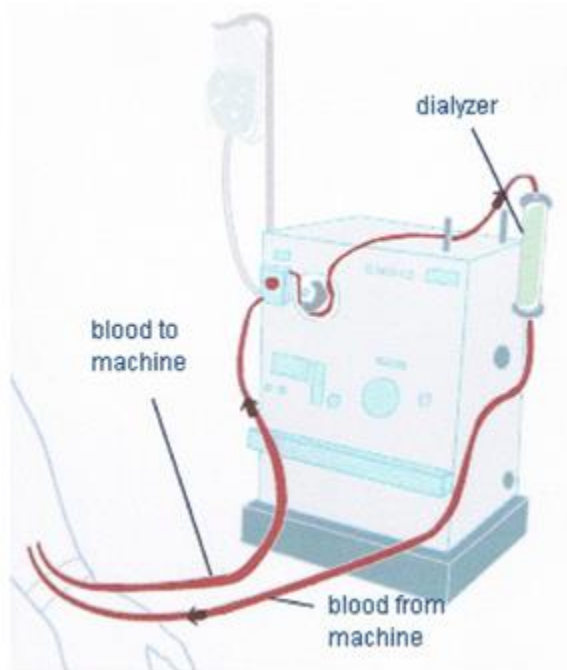
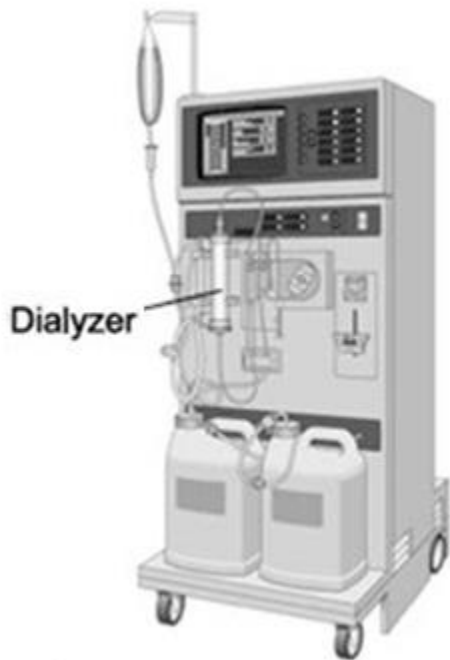


Đây là một phương thức rửa thận, bệnh nhân phải đục một lỗ ở bụng và gắn vào đó một bộ phận để rửa thận... Mỗi ngày, cứ cách nhau 6 tiếng, phải bơm vào trong bụng một dung dịch để rửa thận và lấy chất dơ ra.. Ống này được nối làm hai ống nhỏ, một ống để làm thoát các chất nước dơ, và một ống để bơm dung dịch rửa thận, trông giống như bịch nước biển.. Cách này có thể làm bất cứ nơi nào, trong phòng làm việc, trong xe hay ở nhà.. Muốn đi đâu xa, chỉ cần mang theo các bịch dung dịch đủ dùng...

Khi Bác Sĩ Lien hỏi tôi tại sao không chọn phương thức Peritoneal Dialysis này, vừa không phải lệ thuộc với bệnh viện, vừa rẻ tiền, thì tôi trả lời, phương thức này khiến cho tôi cảm tưởng như một người tàn phế, suốt ngày làm việc này. Tôi là boss của một Công Ty mà lúc nào trong văn phòng cũng đeo bịch nước thì không tốt cho tôi, thà rằng tôi vào bệnh viện 3 lần một tuần, không ai biết... và để trả nợ đời...

Hemo-Dialysis ?

Đây là một thận nhân tạo được chế ra với tác dụng là lọc nước và chất dơ dư trong cơ thể con người bệnh.



Mô hình sự chuyển vận của máy lọc máu

Và cuộc đời tôi bắt đầu.. khốn nạn với căn bệnh, mỗi tuần 3 ngày hai, tư, sáu, tay cầm cái giỏ đựng mấy miếng trái cây, vài cái bánh, cuộn truyện.. lều đèo lên xe bus Handydraf, dành riêng cho người tàn phế, chở đến bệnh viện và đón về. Ôi những ngày tung hoành ngang dọc, nay Âu mai Á .. còn đâu nữa, mang tâm trạng tàn phế của một cánh chim bị gãy cánh, đang cố lết về một nơi để tìm chỗ sống cho hết kiếp người, mà tạo hóa đã an bài....

Trước khi vào ghế lọc máu, theo thông lệ, bệnh nhân phải cân, vì khi bị thận hư, việc đi tiểu cũng sẽ bị hạn chế, có người cả tháng không đi tiểu được, chất dư, sẽ đọng trong máu, nước dư, sẽ hòa trong máu và làm bệnh nhân sẽ lên cân trông thấy.. sự lên cân này, chính là độ nước dư không thoát ra ngoài, và nhờ máy lọc, sẽ rút số lượng nước ra tương đương với trọng lượng của nước dư ra.. Thí dụ lúc đó, bình thường tôi cân nặng 75kg, và khi đi lọc máu, thì thành 79kg, nghĩa là có 4kg nước dư, và y tá sẽ setup máy để rút ra 4kg nước dư trong vòng 4 tiếng, và sau 4 tiếng lọc, khi cân lại, sẽ chỉ còn khoảng 75kg đúng với trọng lượng thật của mình.

Những ngày đầu, tôi.. ngoan ngoãn “*thành thật khai báo*”, cho Y tá biết đúng cân lượng của mình.. nhưng chính vì sự thật thà đó đã hại tôi vì vào những phút chót của lần lọc máu, đôi khi nước dư chỉ khoảng 3,9kg mà Y tá setup là 4kg, nên 100gr nước dư đó, được rút ra với bao đắng cay.. là vì rút quá độ nước trong máu, khiến cho trong máu có những khoảng trống và hậu quả là những cơn vọp bẻ khủng khiếp kéo đến, tôi quặn mình rên la mà Y tá không giúp được gì...

Với sự hướng dẫn bằng kinh nghiệm đời mà các bệnh nhân khác truyền lại, khuyên tôi nên khai bớt một chút để tránh vọp bẻ, và một khi đã bị vọp bẻ, thì pha ngay một gói bột chicken broth với nước nóng, uống một ly nhỏ, thì cơn vọp bẻ sẽ tan đi.. Tôi nhớ đời với những cơn quặn quại này.. và sợ hãi việc lọc máu như một cơn ác mộng...

Vì bệnh viện không thể cung cấp đủ chỗ cho việc lọc máu, nên đã có một chương trình lọc máu tại nhà, và bệnh nhân phải có một người thân phụ giúp (và được huấn luyện). Bệnh nhân lọc máu khi họ ngủ, máy sẽ chạy chậm hơn và lâu hơn.. Khi được chấp thuận theo chương trình này, sẽ có chuyên viên đến tận nhà để gắn hệ thống điện riêng, gắn ống thoát nước riêng.. và căn nhà sẽ được thông báo là.. không bao giờ bị cúp điện, cúp nước.



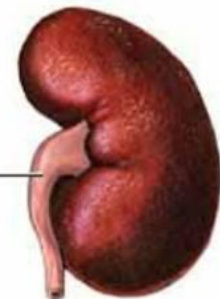
Thận khỏe mạnh



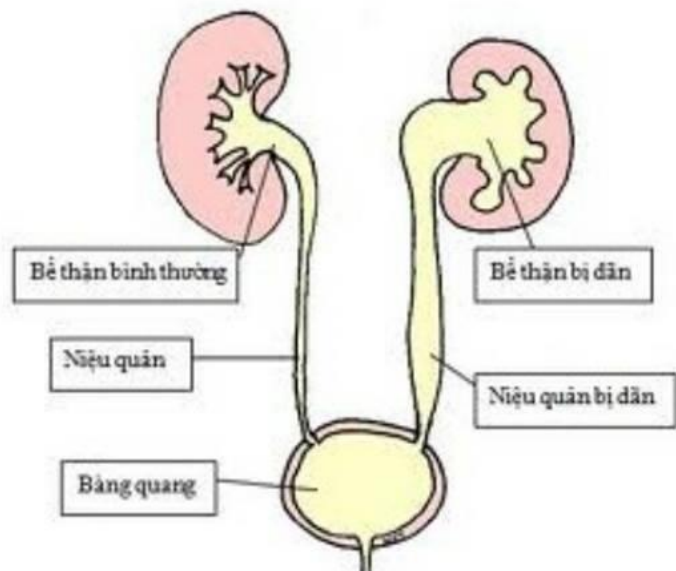
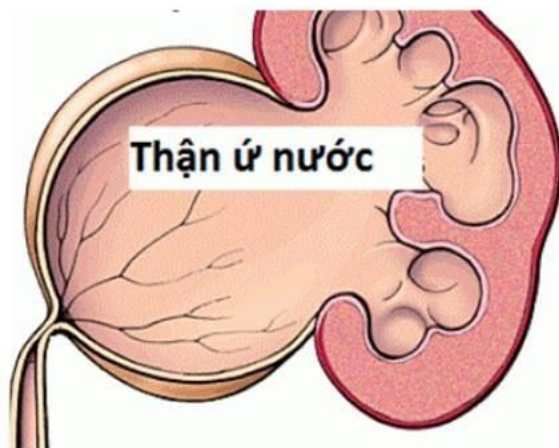
- Chức năng khỏe mạnh
- Kích thước bình thường
- Protein nước tiểu thấp



Thận bị bệnh



- Bề mặt dạng hạt
- Chức năng giảm
- Kích thước nhỏ hơn
- Protein nước tiểu cao



Khi lọc máu có phải uống thuốc không ?

Bên cạnh đó vẫn phải dùng thuốc, vì thận hư, sẽ làm cao máu.. thì một viên thuốc cao máu thêm vào.. và nếu thiếu calcium, thì trước mỗi bữa ăn, phải nhai 2,3 viên Tumb (*calcium*) nếu không, cơ thể sẽ hút chất calcium trong xương và tạo bệnh mòn xương.. Chưa hết, khi thận không hoạt động, chất hemoclobine (*hồng huyết cầu*) bị giảm, thì phải chích bằng những mũi chích thuốc Aranesep, mà mỗi mũi chích, giá vào khoảng 500\$00. Tựu chung, khi đi lọc máu sẽ tốn kém rất nhiều, giá trung bình khoảng 600\$00 cho mỗi lần lọc máu, chưa kể tiền thuốc.. tính ra khoảng gần 100,000\$00 mỗi năm, riêng cho việc lọc máu và khoảng 25,000\$00 cho tiền thuốc mà chính phủ tài trợ... trong khi cá nhân tôi chỉ phải trả có 600\$00 tiền bảo hiểm sức khỏe cho mỗi năm... Ôi Canada ơi ! nền y tế của bạn thật tuyệt vời, nếu không... còn gì để sống tiếp nữa...

Trước vấn đề này, Cơ quan y tế Canada đã khuyến cáo là bệnh nhân nên đi thay thận.. và đây là giấc mơ của những người đi lọc máu.. Nếu thay thận, vừa giúp cho bệnh nhân có một cuộc sống bình thường, vừa giúp cho cắt giảm chi phí y tế mỗi năm khoảng 100,000 đô, mà trong khi, chi phí thay thận, chỉ tốn kém khoảng 75,000\$00 cho một lần thay thận.. Nhưng vấn đề chính, lấy thận ở đâu để thay ?

Chờ thận người chết...

Những người đi lọc máu, đều được xếp vào một danh sách chờ đợi, khi có người chết mà họ lúc sinh thời, muốn hiến các bộ phận trong cơ thể như tim, gan, phổi, thận lá lách.. v.v thì ngay sau khi người đó chết, các bộ phận trên được lấy ra và bỏ vào trong dung dịch cất giữ... một trái thận cất ra như vậy, để được 48 giờ.. và trong 48 giờ đó, phải đi tìm coi trái thận đó match với ai trong danh sách chờ đợi.. Danh sách được xếp theo các loại máu và theo thứ tự thời gian, ai vào danh sách trước, người đó ưu tiên.. Và người nào được chọn, phải vào ngay bệnh viện để giải phẫu ghép thận. Thường thường, bệnh viện giấu kín các chi tiết cá nhân về chủ nhân của trái thận, không cho biết thận đó là của nam hay nữ, sắc dân nào.. Riêng tại tỉnh bang BC, danh sách chờ đợi cho việc ghép thận khoảng 500 người, và trung bình chờ đợi từ 8 năm.. thì may ra được gọi...

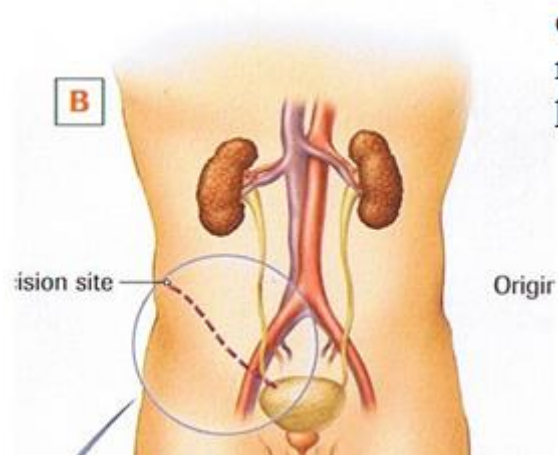
Xin thận của người sống...

Đây là hy sinh của một người để cứu mạng một người... và chương trình này gọi là living donor và được chính phủ khuyến khích... Người cho thận, dù chỉ còn 1 thận, họ vẫn sống một cuộc sống bình thường...

Sau hai năm lọc máu, tôi tưởng cuộc đời sẽ tàn theo bóng đêm thì bà Chị thương yêu từ Việt Nam qua thăm, thấy cậu em tàn tạ đã hy sinh và cho em một trái thận, và cuộc ghép thận thành công...

Thủ tục khá chi tiết, từ lúc bảo lãnh từ Việt Nam sang, thử rất nhiều test để bảo đảm trái thận thật hợp và tốt thì Bác sĩ mới nhận, quan trọng nhất là hợp loại máu và các cell... và Bác sĩ phải bảo đảm về mọi mặt y khoa để người cho thận không bị trở ngại về sau.. Muốn được bảo lãnh từ Việt Nam hay từ bất cứ nước nào sang, việc đầu tiên, người cho phải đi khám tại nơi mình trú ngụ, nhờ Bác sĩ chuyên khoa về thận và cho biết ý định của mình, sau khi có kết quả khám thận, gửi kết quả cho cơ quan phụ trách việc ghép thận, như tại BC Canada là BC Transplant Society, nơi đây họ duyệt xét xem kết quả và coi có hợp với người nhận không (*một cách tổng quát*), nếu hội đủ điều kiện, họ sẽ cấp cho người cho một thư mời qua Canada để khám nghiệm (*họ không tin kết quả khám nghiệm tại VN*), mọi chi phí di chuyển, đều do thân nhân chịu, ngoại trừ chi phí khám nghiệm tại Canada.

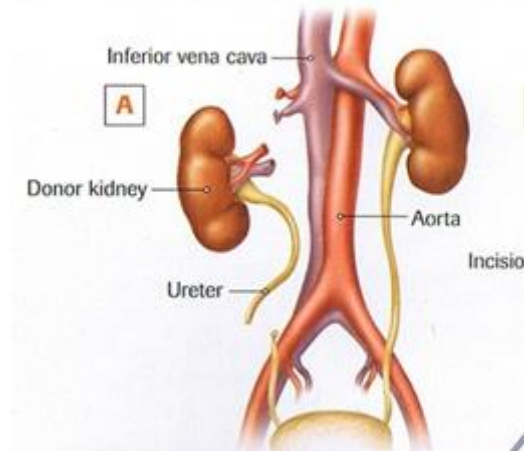
Sau khi khám xong về mặt y khoa, người cho thận phải trải qua hai phần test, một với Bác sĩ tâm lý, họ muốn chắc rằng, nguyên nhân cho thận đến từ đâu ? vì tình thương ? sự ép buộc ? hay vì mua bán trao đổi.. Nếu lý do không rõ ràng, sẽ bị loại ngay.. Và còn gặp một chuyên viên xã hội nữa (*Social worker*) cũng với những câu hỏi... vớ vẩn, họ muốn biết tâm trạng của người cho thận là thế nào, hoàn cảnh xã hội ra sao ? Tất cả buổi phỏng vấn này đều riêng tư và không có một người thân liên quan tới người nhận hiện diện, để bảo đảm người cho không bị một áp lực nào...



Sau khi thủ tục hoàn tất, việc giải phẫu được sắp xếp cho cả hai, cùng ngày, người cho mổ trước, lấy thận ra khoảng 3 tiếng và mổ người nhận để ghép thận vào trong cuộc giải phẫu kéo dài khoảng 6 tiếng.

Trước đây, vết mổ người cho rất lớn, vết mổ dài 26 cm, chỗ ba sườn để cắt thận ra.. và phải đánh thuốc mê bằng cách tiêm vào tủy sống.. nhưng ngày nay, khoa học

tiền bộ hơn, chỉ cần đục 3 lỗ nhỏ và rạch một đường nhỏ nơi bụng dưới và cho máy hút trái thận ra.. và người cho chỉ nằm bệnh viện 2 ngày, so với 5 ngày như các trước đây, trong khi người nhận phải nằm trong bệnh viện khoảng 7 ngày.. ngày đầu tiên, theo dõi rất kỹ, cứ mỗi tiếng lại lấy máu một lần để theo dõi độ creatinine lên xuống như thế nào...

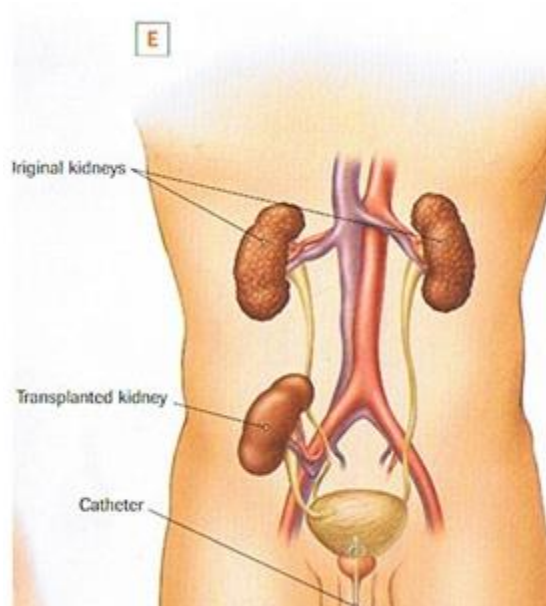


Thận người cho được lấy ra

Ghép thận

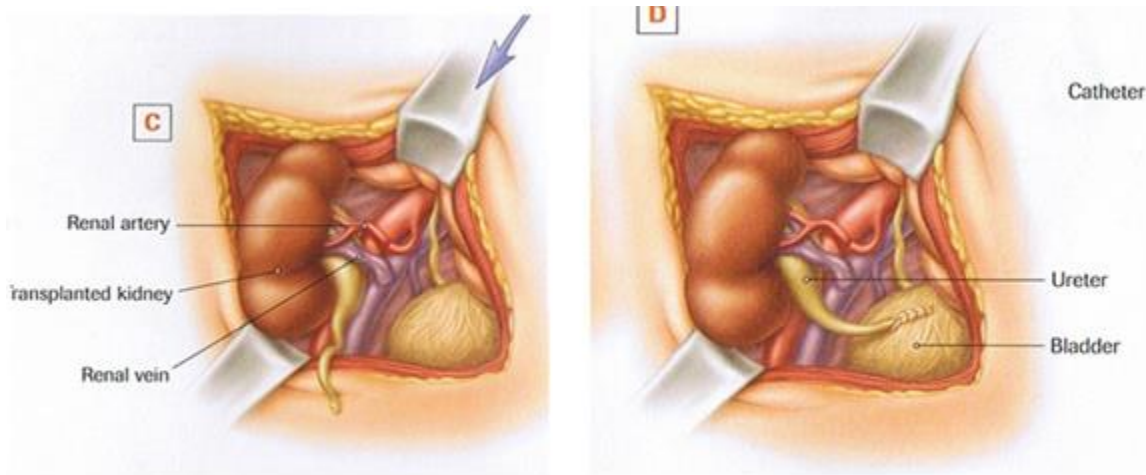
Trái thận mới ghép vào, nằm ở vị trí nào trong cơ thể ?

Xin thưa, vết mổ rất nhẹ, ở cạnh háng và quả thận mới ghép sẽ nằm giữa thận cũ và bàng đái (*bladder*) , hai trái thận cũ vẫn để nguyên, không lấy ra...



Việc ghép thận xong, không phải là hết.. Và cả cuộc đời còn lại, vẫn phải uống thuốc để chống lại sự thải ra của cơ thể. Vì trong cơ thể con người, chất bạch huyết cầu hay chất kháng tố luôn luôn chống lại các vật lạ xâm nhập để bảo vệ cơ thể...

Và cơ thể sẽ tìm cách thải trái thận mới ra, vì nghĩ đây là vật lạ... (sao nó ngu thế). Do đó, người được ghép thận mới suốt đời phải uống các loại anti-reject, mục đích của loại thuốc này, là làm yếu bạch huyết cầu, để bạch huyết cầu không thể đánh phá trái thận mới ghép... Đôi khi, cơ thể yếu, trái thận ghép vào có thể bị thải ra. Ngày nay, khoa học đã tiến bộ, có thể dùng thuốc để giữ thận lại. Có thể nói, việc ghép thận khó 1 thì việc giữ thận khó 10 và tốn kém thuốc rất nhiều...



Vị trí trái thận mới trong cơ thể người nhận

– hình 1, cuống thận chưa được nối

– hình 2, thận mới được nối với các mạch máu và bladder

Sau khi ghép thận, hàng tháng người ghép thận phải đi thử máu và đến trung tâm y khoa dành riêng cho người ghép thận để được Bác sĩ theo dõi.. và uống thuốc rất nhiều, đặc biệt là các loại thuốc để chống lại sự đào thải của cơ thể.

Thận ghép sẽ giữ được bao nhiêu lâu ?

Tùy theo từng người, có thể bị reject sau 1 năm, có thể giữ được 20 năm.. trung bình 7,8 năm tùy theo người đó bị hư thận vì lý do gì ? Một trong những lý do làm hư thận là chất kháng tố IGA, tự tiêu hủy thận mà đến nay khoa học chưa tìm ra thuốc trị..

Bệnh hư thận sẽ đưa ra một phản ứng và sinh ra bệnh tiểu đường thì bệnh thận này không đến nỗi nguy, Chứ còn vì bệnh tiểu đường mà làm hư thận, sẽ đưa đến hậu quả nặng hơn là mù mắt..

Trái thận mà tôi ghép cách đây 8 năm lại hư... , chất creatinine lại cao rồi... bây giờ lại quay lại con đường cũ, và bắt đầu lại từ đầu.. Ôi ! cái hạn của tôi sao cứ kéo dài... có lẽ sao bệnh tật năm nay chiếu cung Mệnh chẳng ???

Đề kết

Tôi viết bài này trong những ngày chuẩn bị thay thận lần thứ hai trong đời..., có người bảo là số tôi hên, tìm được thận để thay... nhưng tại sao hên mà lại bị... hư thận. Tôi hên ?? Xin thưa là không ! Nhưng đây chỉ là tình thương mà giữa loài người thương loài người. Nhiều khi người Việt chúng ta không hiểu được là cơ thể chỉ cần 1 trái thận cũng sống còn. Bà Chị tôi cho tôi trái thận khi 60 tuổi, 15 năm trôi qua, dù ở Việt Nam, nhưng cơ quan Y Tế Canada vẫn gửi giấy đi khám thận hàng năm để theo dõi và bảo đảm người cho thận không bị ảnh hưởng...

Viết bài này, trong cái nhìn của một bệnh nhân, tôi mong mỗi đem lại cho quý độc giả của một cái nhìn rõ hơn về những việc lọc máu, ghép thận và cho thận để Quý Vị hiểu và thông cảm cho những bệnh nhân về thận, để hiểu rằng việc cho một trái thận của mình cho một người thân, hay một người chưa quen để cứu giúp họ thoát qua một căn bệnh hiểm nghèo là điều Y khoa bảo đảm không ảnh hưởng đến sức khỏe của Quý Vị.

Thận hư, phải đi lọc máu.. bệnh nhân vẫn sống còn.. nhưng với thời gian sẽ không thoát khỏi số mạng. Xin hãy mở rộng tình thương nhân loại để cho người thân, bạn bè hay cả người chưa quen... món quà cho sự sống.

Vũ Minh Ngọc