

National Tuberculosis Care Centre
Trung tâm Chăm sóc Lao Quốc gia

Hành trình điều trị bệnh lao của bạn



Kính gửi _____

Bạn vừa được chẩn đoán mắc bệnh lao, và việc có nhiều thắc mắc và lo lắng về điều này là hoàn toàn tự nhiên.

Tại Trung tâm Chăm sóc Lao Quốc gia (NTBCC), chúng tôi mong muốn hỗ trợ bạn trong suốt quá trình điều trị và đảm bảo bạn nhận được sự chăm sóc rõ ràng, kịp thời và toàn diện. Tờ rơi này cung cấp thông tin quan trọng về bệnh lao và giải đáp một số câu hỏi thường gặp mà bạn có thể có khi bắt đầu điều trị.

Chúng tôi cam kết hợp tác chặt chẽ với bạn để giúp bạn phục hồi sức khỏe.

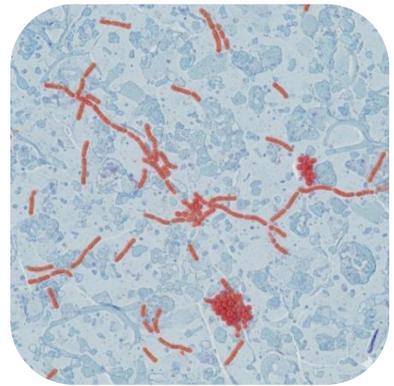
Bệnh lao (TB) là gì?

Bệnh lao do vi khuẩn *Mycobacterium tuberculosis* gây ra.

Mặc dù lao là một bệnh nghiêm trọng, nhưng hãy yên tâm rằng vi khuẩn lao có thể được tiêu diệt hiệu quả bằng thuốc kháng sinh.

Tuy nhiên, nếu không được điều trị, có 50% khả năng tử vong do lao trong vòng 5 năm.

Vi khuẩn lao thường tấn công phổi, nhưng chúng cũng có thể ảnh hưởng đến bất kỳ bộ phận nào khác của cơ thể.



Các triệu chứng là gì?

Các triệu chứng phổ biến bao gồm:



Ho (kéo dài hơn 3 tuần)



Đờm lẫn máu hoặc ho ra máu



Đau ngực



Đổ mồ hôi lạnh vào ban đêm



Sốt



Mất cảm giác ngon miệng



Mệt mỏi bất thường và kéo dài



Giảm cân không rõ nguyên nhân

Trong trường hợp vi khuẩn lao ảnh hưởng đến các bộ phận khác của cơ thể, các triệu chứng sẽ khác nhau tùy thuộc vào bộ phận bị ảnh hưởng.

Quan niệm sai lầm: Nếu tôi không có triệu chứng lao, tôi không bị lao.

Vi khuẩn lao phát triển chậm, vì vậy ở giai đoạn đầu bạn có thể không có bất kỳ triệu chứng nào.

Việc bắt đầu điều trị sớm là rất quan trọng để bảo vệ sức khỏe của cơ thể cả hiện tại và tương lai.

Bệnh lao lây lan như thế nào?

Tôi bị lao bằng cách nào?



Khi người mắc bệnh lao ho hoặc hắt hơi, vi khuẩn lao sẽ được phát tán vào không khí. Chúng có thể lơ lửng trong không khí vài giờ và xâm nhập vào cơ thể qua đường hô hấp.

Đây là cách vi khuẩn lao xâm nhập vào cơ thể bạn.

Bệnh lao thường lây lan sang các thành viên trong gia đình và những người sống hoặc làm việc gần gũi với người bệnh (bao gồm bạn bè, đồng nghiệp và bạn học).

Quan niệm sai lầm: Vi khuẩn lao có thể lây lan qua thức ăn hoặc tiếp xúc với cơ thể và đồ dùng cá nhân của người mắc bệnh lao.

Chỉ khi vi khuẩn lao trong không khí xâm nhập vào phổi mới gây ra nguy cơ lây nhiễm.

Ăn thức ăn đã được chế biến hoặc ăn một phần bởi người mắc bệnh lao là an toàn.

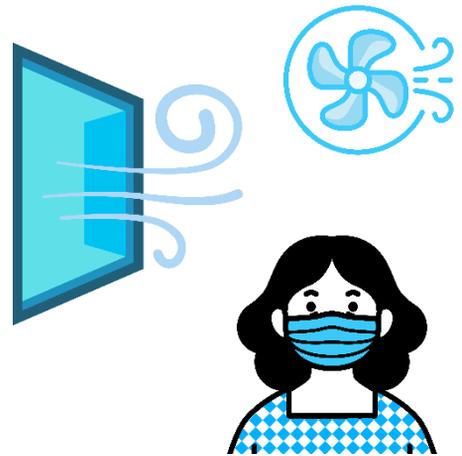
Bạn cũng sẽ không bị nhiễm bệnh lao do chạm vào vi khuẩn lao. Không cần phải tránh chạm vào người mắc bệnh lao, đồ dùng cá nhân của họ hoặc các vật dụng dùng chung như bát đĩa.

Tôi có thể lây bệnh lao cho người khác sau khi bắt đầu điều trị không?

Những người bắt đầu điều trị lao sẽ ít có khả năng lây lan bệnh hơn. Vì vậy, cách tốt nhất để giảm thiểu sự lây lan của bệnh lao là uống thuốc lao đều đặn mà không bỏ sót liều nào.

Trong hai tuần đầu tiên sau khi bắt đầu điều trị, bệnh vẫn có khả năng lây lan, vì vậy trong hai tuần này:

- Che miệng khi ho hoặc hắt hơi.
- Tránh những nơi đông người.
- Đeo khẩu trang ở nơi công cộng.
- Đảm bảo thông gió tốt trong nhà.
- Ở nhà, trừ khi đến NTBCC và phòng khám đa khoa.
- Tránh tiếp xúc gần với trẻ em dưới 5 tuổi, người già, phụ nữ mang thai và những người có hệ miễn dịch yếu hơn. (Tiếp xúc gần bao gồm ngủ chung phòng.)



Thông thường, sau hai tuần điều trị, bạn sẽ không còn khả năng lây bệnh lao cho người khác, trừ khi bạn không đều đặn hoặc ngừng dùng thuốc. Bạn có thể trở lại công việc và cuộc sống xã hội bình thường.

Tôi lo lắng cho gia đình mình. Họ có cần xét nghiệm lao không?

Cán bộ Y tế Công cộng sẽ liên hệ với bạn về việc truy vết tiếp xúc nếu kết quả xét nghiệm cho thấy cần thiết.

Những người tiếp xúc gần sẽ được yêu cầu đến Trung tâm Sàng lọc Lao Quốc gia (NTBSC). Việc sàng lọc được Cơ quan Phòng chống Bệnh truyền nhiễm (CDA) tài trợ hoàn toàn.

Nếu bạn có thắc mắc về việc truy vết tiếp xúc, bạn có thể liên hệ với nhóm truy vết tiếp xúc từ thứ Hai đến thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 5 giờ 30 chiều, qua địa chỉ email ntbp@cda.gov.sg hoặc số điện thoại 9836 1082.

Nếu một thành viên trong gia đình hoặc người tiếp xúc gần có các triệu chứng của bệnh lao, hãy đưa họ đến gặp bác sĩ ngay lập tức.

Bệnh lao được điều trị như thế nào?

Bệnh lao được điều trị bằng sự kết hợp của nhiều loại kháng sinh, thường kéo dài từ sáu đến chín tháng. Thời gian điều trị sẽ dài hơn đối với những bệnh nhân mắc một số bệnh mãn tính, gặp tác dụng phụ hoặc kháng thuốc.

Trong hai tháng đầu tiên, bạn có thể sẽ dùng bốn loại kháng sinh sau: rifampicin, isoniazid, ethambutol và pyrazinamide.



Một số loại kháng sinh thường dùng trong điều trị lao.

Nếu quá trình điều trị diễn ra bình thường, số lượng thuốc kháng sinh có thể được giảm sau 2 tháng.

Quan niệm sai lầm: Khi nào cảm thấy khỏe hơn, tôi có thể ngừng uống thuốc điều trị lao.

Điều này không đúng. Ngay cả khi bạn cảm thấy khỏe hơn sau vài tuần điều trị đầu tiên, vẫn còn vi trùng trong cơ thể bạn. Nếu chúng không bị tiêu diệt, chúng có thể dẫn đến

- tái phát bệnh lao, và/hoặc
- phát triển bệnh lao kháng thuốc, điều này nguy hiểm hơn.

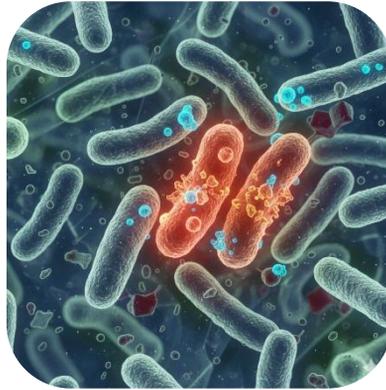
Nếu bạn mắc bệnh lao kháng thuốc, vi trùng lao mà bạn lây lan cho người thân và những người khác mà bạn thường xuyên tiếp xúc sẽ là loại kháng thuốc.

Hoàn thành toàn bộ liệu trình điều trị theo chỉ dẫn của bác sĩ để đảm bảo bạn hoàn toàn khỏi bệnh lao và an toàn cho những người xung quanh.

Kháng thuốc là gì?

Vi khuẩn có những chiến lược sinh tồn vô cùng mạnh mẽ.

Khi bạn quên uống thuốc, vi khuẩn lao trong cơ thể bạn sẽ có cơ hội phát triển trở lại. Càng nhiều vi khuẩn được tạo ra, khả năng một số vi khuẩn mới này mang gen đột biến đặc biệt giúp chúng chống lại thuốc kháng sinh mà bạn đang dùng càng cao.



Những vi khuẩn kháng thuốc này giờ đây có thể tự do sinh sôi nảy nở trong cơ thể bạn vì ngay cả những loại thuốc điều trị lao hiệu quả nhất bạn đang dùng cũng không thể tiêu diệt chúng.

Các loại thuốc điều trị lao kháng thuốc thế hệ thứ hai có ba nhược điểm:

1. Chúng có thể cần thời gian điều trị dài hơn, đôi khi lên đến 20 tháng.
2. Chúng phức tạp hơn và có thể gây ra nhiều tác dụng phụ hơn.
3. Khả năng hồi phục thấp hơn.

Thông tin thêm về thuốc điều trị lao của bạn

Các loại thuốc này có tác dụng phụ không?

Thuốc điều trị lao đã được sử dụng trên toàn thế giới trong nhiều thập kỷ. Nhìn chung, chúng an toàn.

Tuy nhiên, một số bệnh nhân vẫn gặp phải tác dụng phụ. Nếu bạn gặp các triệu chứng sau đây, vui lòng thông báo cho điều dưỡng chuẩn bị thuốc điều trị lao cho bạn trước khi uống.



Thuốc	Tác dụng phụ
Tất cả các loại thuốc trị lao	<u>Viêm gan</u> <ul style="list-style-type: none"> • Buồn nôn và nôn mửa kéo dài • Khó chịu/đầy hơi ở dạ dày • Mất cảm giác thèm ăn • Nước tiểu màu trà • Phân có màu nhạt • Vàng mắt và/hoặc da
	<u>Triệu chứng dị ứng</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ngứa dai dẳng • Phát ban • Sưng mặt/mắt/môi/lưỡi • Khó thở
	<u>Triệu chứng giống cúm</u> <ul style="list-style-type: none"> • Sốt • Ớn lạnh • Cảm thấy yếu hoặc mệt mỏi
	Vết bầm tím hoặc chảy máu không rõ nguyên nhân
Ethambutol	<u>Thay đổi thị lực</u> <ul style="list-style-type: none"> • Không phân biệt được màu đỏ và màu xanh lá cây • Mờ mắt • Đau mắt
Pyrazinamide	<ul style="list-style-type: none"> • Đau cơ • Đau khớp • Bệnh gút
Isoniazid	<u>Các vấn đề về thần kinh</u> <ul style="list-style-type: none"> • Tê bì • Cảm giác ngứa ran ở tay và chân
Rifampicin	<u>Sự đổi màu đỏ cam của dịch cơ thể</u> <ul style="list-style-type: none"> • Nước tiểu • Mồ hôi • Nước mắt <p>Rifampicin có thể gây ra màu đỏ đậm ở nước tiểu, mồ hôi và nước mắt. Đây là phản ứng bình thường của cơ thể đối với thuốc, vì vậy đừng lo lắng.</p>

Tại sao tôi cần phải đến các cuộc hẹn thường xuyên như vậy?

Việc này nhằm giúp bác sĩ đánh giá tiến trình điều trị và tình trạng sức khỏe của bạn.

Trong mỗi lần khám, cân nặng của bạn sẽ được đo để đảm bảo bạn tiếp tục nhận được liều thuốc tối ưu. Thị lực của bạn cũng được kiểm tra để có thể can thiệp sớm nếu thị lực bị ảnh hưởng.

Tôi có thể bỏ uống thuốc nếu cảm thấy không khỏe không?

Không được tự ý bỏ sót liều thuốc. Hãy hỏi ý kiến bác sĩ nếu bạn cảm thấy không khỏe, để tránh bỏ sót liều thuốc không cần thiết và làm tăng nguy cơ kháng thuốc.

Tôi cần lưu ý điều gì khi đang dùng thuốc điều trị lao?

- Tránh uống rượu bia. Uống rượu trong khi đang dùng rifampicin, isoniazid và pyrazinamide làm tăng nguy cơ viêm gan.
- Nếu bạn hút thuốc, hãy cân nhắc bỏ thuốc lá vì sức khỏe của mình.
- Tránh các phương thuốc dân gian/thảo dược vì chúng có thể tương tác với thuốc điều trị lao.
- Vui lòng thông báo cho bác sĩ tại NTBCC về các loại thuốc bạn đang dùng vì một số loại thuốc có thể tương tác với thuốc điều trị lao.
- Tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi bắt đầu sử dụng bất kỳ loại thực phẩm chức năng hoặc vitamin nào.



Liệu pháp điều trị được Giám sát điều trị trực tiếp (DOT) – Đảm bảo sự phục hồi hoàn toàn của bạn

Giám sát điều trị trực tiếp (DOT) bao gồm việc uống thuốc điều trị lao dưới sự giám sát của nhân viên y tế tại các phòng khám đa khoa công cộng trên toàn quốc.



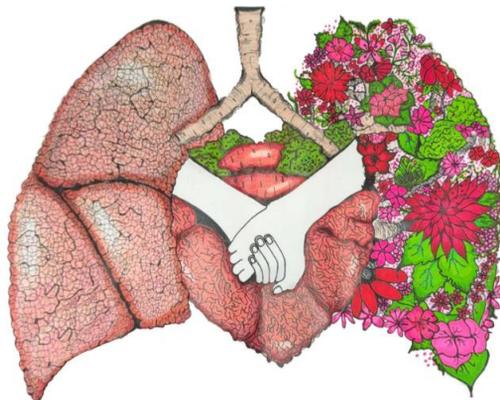
Tại sao chúng nhận DOT lại cần thiết?

DOT cải thiện việc tuân thủ điều trị, giảm tái phát và ngăn ngừa lao kháng thuốc.

- Nó đảm bảo bệnh nhân uống đúng liều thuốc đều đặn để ngăn ngừa tái phát và lao kháng thuốc, và
- cho phép điều dưỡng hành động kịp thời nếu gặp tác dụng phụ để đảm bảo an toàn cho bệnh nhân.

Chúc bạn có một quá trình điều trị suôn sẻ và thành công!

Chúng tôi sẽ luôn đồng hành cùng bạn trên mọi chặng đường.



National Tuberculosis Care Centre
Trung tâm Chăm sóc Lao Quốc gia

144 Moulmein Road, Singapore 308089

Chi tiết liên hệ:
6356 5294 (thắc mắc chung)
ttsh.ntbcc@nhghealth.com.sg

Giờ mở cửa:
Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều
Đóng cửa vào Thứ Bảy, Chủ Nhật và các ngày lễ



© National Healthcare Group Pte Ltd 2026. All rights reserved. All information correct as of January 2026. No part of this document may be reproduced, copied, reverse compiled, adapted, distributed, commercially exploited, displayed or stored in a database, retrieval system or transmitted in any form without prior permission of National Healthcare Group Pte Ltd. All information and material found in this document are for purposes of information only and are not meant to substitute any advice provided by your own physician or other medical professionals.