

焦慮症 CHỨNG LO ÂU

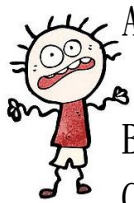
修訂日期：110 年 4 月

1. Toàn bộ về phản ứng lo âu:

- A. Người là động vật có cảm xúc, trong rất nhiều cảm xúc phản ứng lo âu là một dạng thường gặp nhất.
- B. Trong tình cảnh cuộc sống xung quanh, hầu hết mọi người, sự việc, sự vật tồn tại với chúng ta sinh ra mối liên quan ở mức độ nào đó, khi mối liên quan xuất hiện nguy cơ hoặc thành phần không xác định, tự nhiên sẽ dẫn tới phản ứng lo âu.
- C. Phản ứng cảm xúc lo âu có tâm lý, sinh lý, hooc- môn thậm chí thay đổi trên phương diện trao đổi chất (thay cũ đổi mới).



2. Tần suất phát sinh bệnh:



- A. Bệnh lo âu là một trong những bệnh thường gặp ở phòng khám khoa tâm thần, chiếm khoảng 1/3 tỷ lệ trong phòng khám khoa tâm thần.
- B. Nữ giới mắc bệnh chiếm khoảng hơn 1 nửa so với nam giới
- C. Bệnh lo âu phát bệnh nhiều vào sau tuổi trưởng thành, chiếm nhiều ở độ tuổi từ 20- 30 tuổi, bệnh này sau khi phát bệnh chỉ có khoảng 1/5 số bệnh nhân có diễn biến bệnh thành mãn tính.

3. Triệu chứng lâm sàng:

- A. Chủ yếu là triệu chứng cơ thể bất an, lo lắng đi kèm với lo âu tâm lý mà dẫn tới ở mặt tâm lý. Có thể chia thành hai loại: một loại là bệnh lo âu lan tỏa có triệu chứng bệnh rộng, mức độ bệnh mãn tính, loại khác là bệnh khủng hoảng mang tính bộc phát, bất ngờ, với các triệu chứng của hệ thống tim mạch- hô hấp là chính.
- B. Triệu chứng của bệnh lo âu lan tỏa bao gồm: đau nhức cơ bắp, dễ mệt mỏi, tay run rẩy, tim đập nhanh, dễ đổ mồ hôi, mạch đập nhanh, miệng khô, chóng mặt, lòng bàn tay đổ mồ hôi, dễ bị đau bụng(đi ngoài), việc gì cũng thấy lo lắng, mất ngủ, cáu giận, trí nhớ kém.

- C. Triệu chứng bệnh khủng hoảng bao gồm: khủng hoảng không có nguyên nhân, xảy ra đột ngột không tên, tâm thần hoảng loạn, đi kèm với triệu chứng kích động hệ thống thần kinh giao cảm, như tim đập nhanh hơn, đổ mồ hôi, khó thở, chóng mặt.
- D. Đối với 2 loại bệnh lo âu nói trên, bệnh nhân cần nhận sự chẩn trị của bác sĩ khoa tâm thần mới có thể đạt được sự chăm sóc phù hợp.

4. Điều trị:

- A. Điều trị thuốc: Đối với bệnh nhân mắc bệnh lo âu mục đích sử dụng thuốc điều trị để loại bỏ cảm giác lo âu, cũng như triệu chứng cơ thể do lo âu mà dẫn tới, hiện nay những loại thuốc mang tính điều trị loại này rất nhiều, nhưng có thể quy thành hai loại chính là tác dụng tới não bộ và tác dụng tới cơ quan nội tạng ngoài não bộ.
- B. Điều trị phục hồi sinh lý: Lợi dụng điều trị phục hồi sinh lý để học cách thả lỏng bản thân đồng thời kiểm soát được một vài triệu chứng sinh lý nào đó có liên quan với lo âu.
- C. Điều trị tâm lý: Có rất nhiều nguyên nhân lo âu có liên quan với tâm lý, nhân cách của người bệnh, vì vậy được điều trị tâm lý, để tăng cường hiểu rõ bản thân, có thể giảm bớt lo âu, giảm lượng sử dụng thuốc (thậm chí không cần dùng thuốc), đồng thời phòng tránh tái phát bệnh.
- D. Điều trị hành vi: Hành vi lo lắng thái quá không cần thiết có thể được phân tích hành vi và học tập hợp lý, giúp cho bản thân thấy có thể thích ứng, đồng thời loại bỏ được hành vi lo lắng không cần thiết.
- E. Ngoài ra như điều trị đoàn thể và gia đình đối với một số trường hợp do áp lực cuộc sống hoặc gia đình dẫn tới lo âu cũng được sự giúp đỡ ở mức độ nào đó.

~Nếu có thắc mắc với nội dung nào, yêu cầu tham khảo ý kiến của nhân viên hộ lý hoặc bác sĩ~

Khoa hộ lý bệnh viện Thanh Hải
Địa chỉ: Số 2-41 ngõ Hạ Khanh xã Kim Tinh
khu Thạch Cương thành phố Đà Trung
Điện thoại: (04)2572-1694

