

Bệnh nấm (Thrush)

Hay còn gọi là candida (nấm candida), yeast infection (nhiễm nấm men), fungus (nấm sùi), mycosis (bệnh nấm)

Bệnh nấm là một bệnh phổ biến do nấm men tăng trưởng quá mức gây ra và thường xảy ra ở âm đạo.

TÓM TẮT THÔNG TIN THỰC TẾ

- Bệnh nấm là do nấm men tăng trưởng quá mức trong âm đạo gây ra, thường được gọi là candida albicans
- Các triệu chứng thường bao gồm âm đạo có khí hư đặc, trắng, âm đạo hay âm hộ (hoặc cả hai) bị ngứa, âm hộ bị đau hay nứt da và khó chịu và cảm giác nóng rát hoặc đau khi quan hệ tình dục hoặc đi tiểu
- Bệnh nấm không bị coi là bệnh STI, nhưng bạn tình có dương vật đôi lúc có thể bị đỏ hoặc khó chịu ở dương vật
- Kem bôi âm đạo, thuốc đặt âm đạo và thuốc viên giúp làm giảm nấm men tăng trưởng quá mức và làm dịu triệu chứng.
- Mặc dù gây khó chịu, bệnh nấm không gây bất kỳ vấn đề sức khỏe lâu dài nào như vô sinh hay biến chứng trong thai kỳ.

Đây là bệnh gì? (What is this?)

Bệnh nấm rất phổ biến. *Candida albicans* là loại nấm men âm đạo phổ biến nhất gây ra bệnh nấm. Nó khác với men dùng trong thực phẩm.

Số lượng nhỏ nấm men trong âm đạo là bình thường và thường không gây nên vấn đề gì - chỉ khi nấm men tăng trưởng quá mức thì mới gây ra triệu chứng của bệnh nấm.

Quý vị lây bệnh này như thế nào? (How do you get it?)

Có thể bị bệnh nấm mà không có lý do rõ rệt, nhưng một số nhân tố có thể khiến dễ bị bệnh nấm hơn, bao gồm

- thuốc trụ sinh
- thai kỳ
- bệnh tiểu đường
- da toát mồ hôi và ẩm ướt, đặc biệt là khi có sự cọ sát (như khi đi xe đạp hoặc quan hệ tình dục)
- các bệnh về da đã có từ trước, như bệnh chàm hay vảy nến
- thuốc ức chế miễn dịch

Bệnh nấm không bị coi là bệnh STI, nhưng bạn tình có dương vật đôi lúc có thể bị đỏ hoặc khó chịu ở dương vật, đặc biệt sau khi quan hệ tình dục không dùng bao cao su.

Các triệu chứng như thế nào? (What are the symptoms?)

Các triệu chứng có thể bao gồm:

- ngứa và khó chịu ở âm hộ và âm đạo
- cảm giác nóng rát và đau khi đi tiểu và quan hệ tình dục
- khí hư đặc màu trắng có thể nhìn tương tự như phô mát tươi (cottage cheese)
- khu vực xung quanh âm hộ và âm đạo nhìn có thể đỏ và sưng và có thể có vết nứt hay đứt nhỏ ở da

Nếu có triệu chứng, quý vị thường có thể tự chữa trị, sử dụng sản phẩm không cần kê toa.

Tuy nhiên, quý vị nên gặp bác sĩ nếu quý vị:

- không biết chắc có phải quý vị bị bệnh nấm không
- đã từng bị bệnh nấm vài đợt
- gần đây có quan hệ tình dục không dùng bao cao su với bạn tình mới
- đau ở vùng chậu hoặc ra máu bất thường
- đã thử điều trị bệnh nấm nhưng không đỡ
- nhận thấy âm hộ của quý vị thay đổi về hình thù, kết cấu hoặc màu sắc

Bị bệnh nấm thường xuyên có thể là dấu hiệu bị bệnh viêm da âm hộ mãn tính.

Quý vị xét nghiệm bệnh này thế nào? (How do you test for it?)

Xét nghiệm bệnh nấm bằng cách lấy mẫu phết ở âm đạo và chỗ nứt trên âm hộ.

Điều trị bệnh thế nào? (How is it treated?)

Bệnh nấm được điều trị bằng kem kháng nấm, thuốc đặt âm đạo hay một liều thuốc viên duy nhất:

Có thể mua kem và thuốc đặt âm đạo không cần toa ở các tiệm thuốc tây. Điều trị mất từ 1 đến 7 ngày và được đặt vào bên trong âm đạo bằng một thiết bị đặc biệt.

Có thể mua một viên thuốc duy nhất liều 150mg (gọi là *Fluconazole*) không cần kê toa tại các tiệm thuốc tây. Viên thuốc này có tác dụng tương tự như kem và thuốc đặt âm đạo. Thuốc này đắt hơn và không được dùng trong thai kỳ. Các liều duy nhất hiếm khi ảnh hưởng đến thuốc khác, nhưng quý vị nên thảo luận điều này với dược sĩ. Fluconazole an toàn để sử dụng cùng với thuốc ngừa thai. Đôi lúc cần phải uống liều thứ hai sau một tuần, đặc biệt nếu có triệu chứng nghiêm trọng.

Quý vị có thể muốn tránh quan hệ tình dục cho đến khi điều trị xong bởi vì quý vị có thể có cảm giác nóng rát khó chịu trong hoặc sau khi quan hệ.

Quan hệ tình dục đau đớn lặp đi lặp lại trong các đợt bị bệnh nấm đôi lúc có thể dẫn tới bị đau liên tục ngay cả khi đã điều trị xong bệnh nấm. Kem bôi nấm cũng có thể làm hỏng bao cao su, vì vậy hãy bôi kem sau khi quan hệ tình dục.

Nếu không điều trị thì có biến chứng gì không? (Are there any complications if not treated?)

Bệnh nấm có thể rất khó chịu, nhưng không gây tổn thương lâu dài.

Tuy nhiên, bệnh này có thể khiến cho âm hộ bị đau liên tục hoặc đau thối âm đạo mãn tính nếu bị tái phát và không chữa trị, do đó rất nên điều trị bệnh này.

Có thể tái phát sau khi điều trị không? (Is it likely to come back after treatment?)

Bệnh nấm tái phát

Nếu quý vị bị bệnh nấm bốn đợt trở lên trong một năm, quý vị có thể bị bệnh nấm tái phát. Bệnh này ảnh hưởng đến khoảng 5% phụ nữ trong thời kỳ sinh sản. Các triệu chứng không biến mất hoàn toàn sau khi điều trị và da có thể bị nứt, hoặc đau trong hay sau khi giao hợp.

Bệnh này có thể khác hẳn bệnh nấm, bởi vì không phải lúc nào cũng có khí hư. Mọi người thường cho biết âm đạo bị khô và thiếu chất nhờn khi quan hệ tình dục. Thông thường các triệu chứng bị nặng hơn trước khi hành kinh hoặc chỉ xảy ra trước khi hành kinh.

Phần lớn những người bị bệnh nấm tái phát đều khỏe mạnh và hệ miễn dịch của họ không có vấn đề gì. Không phải là không bình thường khi có tiểu sử trước kia bị dị ứng phấn hoa, bị bệnh chàm hay suyễn. Cơ thể họ quá mẫn cảm với candida albicans.

Để điều trị bệnh nấm tái phát cần phải chăm sóc da cơ bản tốt và dùng thuốc kháng nấm lâu dài. Thuốc ngăn chặn nấm tăng trưởng và có thể uống (Fluconazole) hoặc đặt trong âm đạo (kem hay thuốc đặt âm đạo). Thời

gian điều trị tối thiểu thông thường là khoảng 6 tháng. Sau đó có thể vẫn bị các đợt nấm nhưng ít thường xuyên hơn.

Nếu quý vị nghĩ bản thân mình có thể đang bị bệnh nấm tái phát, quý vị nên nói chuyện với bác sĩ của mình.

Làm thế nào để tôi có thể tự bảo vệ bản thân? (How can I protect myself?)

Tránh sử dụng xà bông, khăn ướt, chất tẩy hay rửa âm đạo được bán dưới tên "sản phẩm vệ sinh phụ nữ", tẩm bông hoặc dùng dầu thơm xịt vào âm đạo bởi vì có thể làm rối loạn sự cân bằng tự nhiên của nấm âm đạo.

Nếu quý vị bị bệnh nấm sau khi dùng thuốc trụ sinh, hãy nói chuyện với bác sĩ về nhu cầu thuốc trụ sinh và lập kế hoạch từ trước để điều trị bệnh nấm ngay khi có biểu hiện đầu tiên về triệu chứng của bệnh nấm.

Tôi có thể đến đâu để được giúp đỡ? (Where can I get help?)

- Đến gặp bác sĩ gia đình
- Đến trung tâm y tế cộng đồng gần nhà quý vị

Tìm các dịch vụ sức khoẻ tình dục tại **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

TUYÊN BỐ MIỄN TRỪ TRÁCH NHIỆM (DISCLAIMER)

Tờ thông tin này chỉ cung cấp các thông tin chung về sức khoẻ tình dục và không nhằm mục đích thay thế nhu cầu tham khảo ý kiến bác sĩ.

Nếu có điều gì lo ngại về sức khoẻ của mình, quý vị nên gặp bác sĩ để hỏi ý kiến.

Nếu cần được chăm sóc khẩn cấp, quý vị nên đến Khoa Cấp cứu gần nhất hoặc gọi 000.