



THÔNG TIN THUỐC

DRUG INFORMATION

QUÍ II - 2025

1. CÁC THUỐC CHỐNG VIÊM KHÔNG STEROID (NSAID):
THỜI GIAN SỬ DỤNG TỐI ĐA

2. BỐN TÁC DỤNG PHỤ TIỀM ẨN KHI UỐNG NƯỚC CHANH
LÚC BỤNG ĐÓI

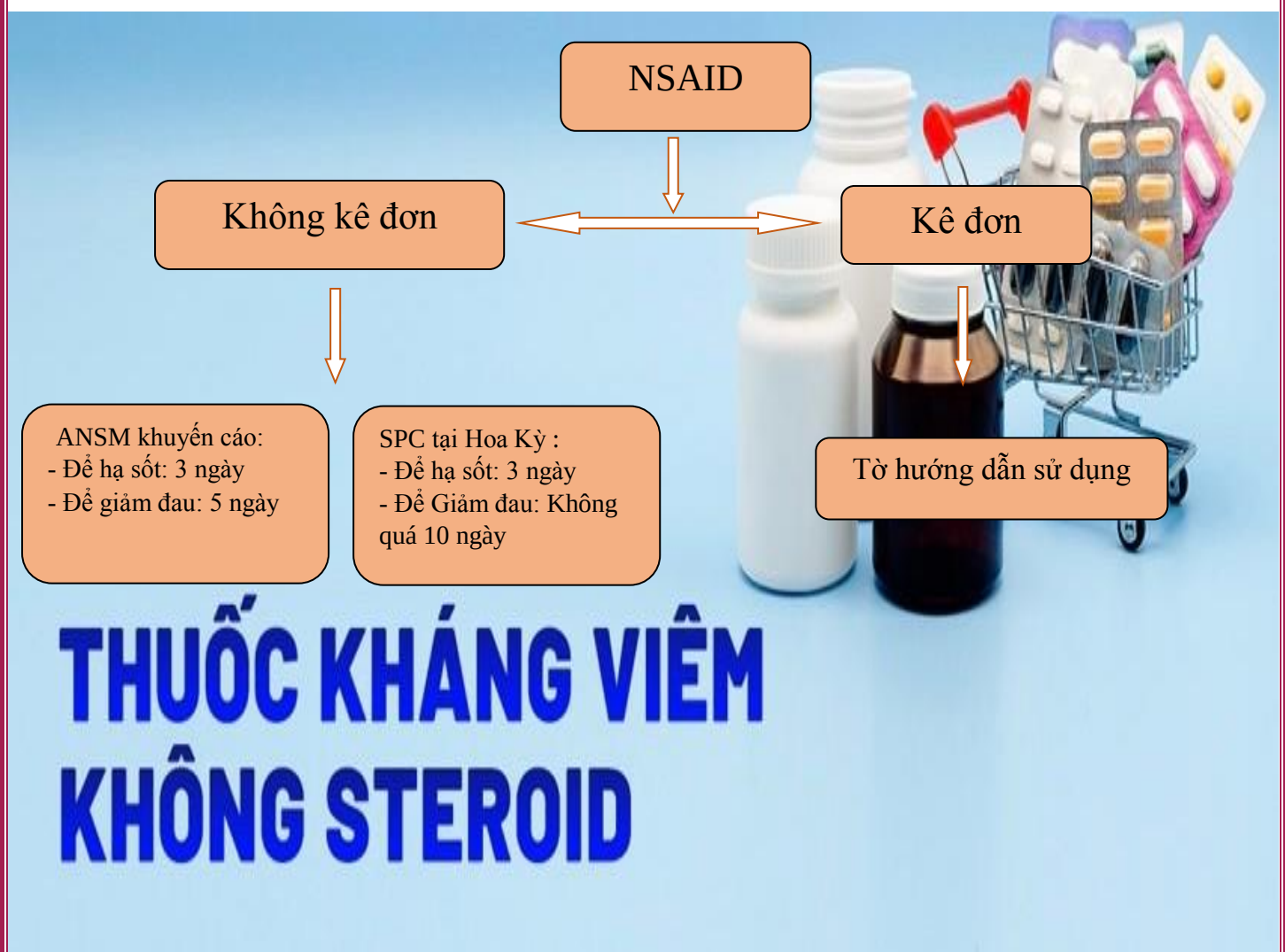


BỆNH VIỆN Y DƯỢC CỔ TRUYỀN – PHỤC HỒI CHỨC NĂNG
Đơn vị DLS – Thông tin thuốc

CÁC THUỐC CHỐNG VIÊM KHÔNG STEROID (NSAID): THỜI GIAN SỬ DỤNG TỐI ĐA

Nguyễn Thị Tuyền

Các thuốc chống viêm không steroid (NSAID) được sử dụng phổ biến để giảm đau và hạ sốt trong nhiều tình trạng khác nhau như đau đầu, viêm khớp, cảm cúm. Thời gian sử dụng thuốc kéo dài có thể làm tăng nguy cơ gặp biến cố bất lợi như loét dạ dày, xuất huyết tiêu hóa, độc tính trên gan, bệnh lý tim mạch.



Ví dụ:

Ibuprofen đáp ứng lâm sàng khi sử dụng viên nén trong bệnh mạn tính, được ghi nhận sau vài ngày đến 1 tuần, thường trong vòng 2 tuần sau khi bắt đầu dùng thuốc



Ví dụ:

Đối với Diclofenac, thời gian sử dụng thuốc ghi nhận trong một nghiên cứu hồi cứu bệnh - chứng tại Châu Âu có thể lên đến hơn 90 ngày → *yếu tố nguy cơ dẫn đến tổn thương gan*



Hiệp hội Dược sĩ Canada:

Diclofenac sử dụng tối đa 1 tuần ở bệnh nhân người lớn trong trường hợp đau cơ, khớp cấp tính với liều 2-4 g



Ví dụ:

Ketorolac 10 mg mỗi 4-6 giờ (nếu cần) tối đa trong 5 ngày sau phẫu thuật, 7 ngày trong điều trị đau cơ xương khớp



Thời gian sử dụng tối đa của các thuốc NSAID tùy thuộc vào hoạt chất, dạng bào chế, chỉ định, liều lượng, đối tượng sử dụng. Cần nhắc thời gian sử dụng thuốc tối đa với từng trường hợp lâm sàng cụ thể theo khuyến cáo từ các tài liệu thông tin thuốc cập nhật.

Xin tham khảo khuyến cáo liều lượng và thời gian sử dụng tối đa của một số thuốc NSAID trong bảng 1 và bảng 2.

Bảng 1: Khuyến cáo liều dùng và thời gian sử dụng một số thuốc NSAID ở người lớn

STT	Hoạt chất	Chỉ định	Đường dùng	Liều thường dùng	Liều dùng, thời gian dùng tối đa
5	Etodolac	Viêm khớp dạng thấp hoặc viêm xương khớp	Uống	200-300 mg x 2 lần/ngày, nếu dung nạp dùng 400-600mg/lần/ngày buổi tối	1000 mg/ngày
6	Flurbiprofen	Chống viêm	Uống	200 mg/ngày chia 2-3 lần	300 mg/ngày trong đợt cấp tính
		Đau bụng kinh	Uống	50 mg x 4 lần/ngày	
		Đau từ nhẹ đến trung bình	Uống	50 mg mỗi 4-6 giờ (nếu cần)	
7	Ibuprofen	Giảm đau, hạ sốt	Uống	Không kê đơn: 200-400 mg mỗi 4 giờ (nếu cần)	1200 mg/ngày
			Truyền tĩnh mạch	400-800 mg mỗi 6 giờ (nếu cần)	Hạ sốt: 2400 mg/ngày ^a Giảm đau: 3200 mg/ngày ^a Cần pha loãng trước khi truyền.
		Viêm xương khớp và viêm khớp dạng thấp	Uống	1200mg/ngày	2400 mg/ngày ^a
8	Indomethacin	Chống viêm	Uống hoặc đặt trực tràng	Khởi đầu liều 25 mg x 2-3 lần/ngày Tăng thêm từ 25 đến 50 mg mỗi tuần	200 mg/ngày
		Viêm khớp do gout cấp tính	Uống hoặc đặt trực tràng	50 mg x 3 lần/ngày	200 mg/ngày
		Đau vai cấp tính	Uống hoặc đặt trực tràng	25-50 mg x 3 lần/ngày	200 mg/ngày Ngừng thuốc sau khi triệu chứng được kiểm soát vài ngày

Bảng 1: Khuyến cáo liều dùng và thời gian sử dụng một số thuốc NSAID ở người lớn

STT	Hoạt chất	Chỉ định	Đường dùng	Liều thường dùng	Liều dùng, thời gian dùng tối đa
9	Ketoprofen	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp và viêm cột sống dính khớp	Uống	Khởi đầu 150-200 mg/ngày chia 3-4 lần viên nang hoặc viên bao tan trong ruột Liều duy trì: 100 mg x 2 lần/ngày	Có thể chuyển sang viên giải phóng chậm: 200 mg/ngày Liều tối đa: 300 mg/ngày
		Đau bụng kinh nguyên phát từ nhẹ đến trung bình	Uống	25 hoặc 50 mg/lần x 3-4 lần/ngày (nếu cần)	50 mg/liều, 300 mg/ngày
10	Ketorolac tromethamin	Giảm đau	Uống	10 mg mỗi 4-6 giờ (nếu cần)	40 mg/ngày tối đa 5 ngày sau phẫu thuật (7 ngày trong điều trị đau xương khớp)
			Tiêm bắp	10-30 mg mỗi 4-6 giờ (nếu cần) Bệnh nhân <50 kg: khởi đầu 10 mg/lần	120 mg/ngày, tối đa 2 ngày Bệnh nhân <50 kg: tối đa 60 mg/ngày
11	Acid mefenamic	Đau cấp tính	Uống	500 mg liều khởi đầu, sau đó 250 mg mỗi 6 giờ (nếu cần)	Thời gian dùng tối đa: 1 tuần
		Đau bụng kinh	Uống	500 mg liều khởi đầu, sau đó 250 mg mỗi 6 giờ	Thời gian sử dụng từ 2-3 ngày
12	Meloxicam	Viêm xương khớp	Uống	Liều khởi đầu 7,5 mg/ngày Liều duy trì thông thường 7,5-15 mg/lần/ngày	15 mg/ngày
		Viêm khớp dạng thấp	Uống	Liều khởi đầu 15 mg (7,5 mg trường hợp nguy cơ gặp ADR cao) Liều duy trì thông thường 7,5-15 mg/lần/ngày	

Bảng 1: Khuyến cáo liều dùng và thời gian sử dụng một số thuốc NSAID ở người lớn

STT	Hoạt chất	Chỉ định	Đường dùng	Liều thường dùng	Liều dùng, thời gian dùng tối đa
13	Nabumeton	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp	Uống	1000 mg/lần/ngày Điều chỉnh liều hàng tuần	2000 mg/ngày chia 1-2 lần
14	Naproxen	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp và viêm cột sống dính khớp	Uống hoặc đặt trực tràng	500-1000 mg/ngày	1000 mg/ngày, giới hạn sử dụng liều 1500 mg/ngày trong thời gian ngắn
		Tình trạng đau khác	Uống Uống hoặc đặt trực tràng	500 mg liều khởi đầu, sau đó 250 mg mỗi 6-8 giờ	1250 mg/ngày ngày đầu tiên, 1000 mg các ngày tiếp theo
		Gout cấp	Uống Uống hoặc đặt trực tràng	750 mg liều khởi đầu, sau đó 250 mg mỗi 8 giờ	1000 mg/ngày
		Đau bụng kinh	Uống	500 mg liều khởi đầu, sau đó 250 mg (viên giải phóng ngay) mỗi 6-8 giờ, hoặc 500 mg/lần x 3 lần/ngày (nếu cần)	1000 mg/ngày, giới hạn sử dụng liều 1250 mg/ngày trong thời gian ngắn
15	Naproxen natri	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp	Uống, viên giải phóng có kiểm soát	750-1000 mg/lần/ngày	1500 mg/ngày trong thời gian ngắn
		Đau, sốt mức độ nhẹ đến trung bình	Uống	Không kê đơn: 220 mg/ngày mỗi 8-12 giờ	440 mg/ngày tối đa 5 ngày để giảm đau và 3 ngày để hạ sốt
		Đau từ nhẹ đến trung bình do viêm	Uống	Liều khởi đầu 550 mg, sau đó 275 mg mỗi 6-8 giờ, hoặc 500 mg x 3 lần/ngày (nếu cần)	1375 mg/ngày
		Đau bụng kinh	Uống	Liều khởi đầu 550 mg, sau đó 275 mg mỗi 6-8 giờ, hoặc 500 mg x 3 lần/ngày (nếu cần)	1375 mg/ngày

Bảng 1: Khuyến cáo liều dùng và thời gian sử dụng một số thuốc NSAID ở người lớn

STT	Hoạt chất	Chỉ định	Đường dùng	Liều thường dùng	Liều dùng, thời gian dùng tối đa
16	Piroxicam	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp và viêm cột sống dính khớp	Uống hoặc đặt trực tràng	10-20 mg/ngày chia 1-2 lần	20 mg/ngày
17	Tenoxicam	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp	Uống	10-20 mg/lần/ngày	20 mg/ngày
18	Tiaprofenic acid	Viêm xương khớp, viêm khớp dạng thấp	Uống	600 mg/ngày chia 2-3 lần	600 mg/ngày

[a] Liều ≥ 2400 mg/ngày chỉ nên sử dụng ở bệnh nhân không có tiền sử bệnh tim hoặc đột quỵ, hoặc bệnh nhân không có yếu tố nguy cơ bệnh tim mạch

Bảng 2: Khuyến cáo liều dùng và thời gian sử dụng một số thuốc NSAID ở trẻ em

STT	Hoạt chất	Chỉ định	Liều lượng thông thường	Liều tối đa và khuyến cáo
1	Ibuprofen, chế phẩm OTC	Giảm đau, hạ sốt	5-10 mg/kg mỗi 6-8 giờ (nếu cần)	Liều tối đa: 40 mg/kg/ngày Thời gian sử dụng tối đa 3 ngày để hạ sốt, và 5 ngày để giảm đau
2	Indomethacin	Viêm khớp dạng thấp thiếu niên	Liều khởi đầu 1-2 mg/kg/ngày Liều duy trì: 2-4 mg/kg/ngày	Tối đa: 4 mg/kg/ngày or 150-200 mg/ngày
3	Naproxen	Viêm khớp dạng thấp thiếu niên	Uống: 10 mg/kg/ngày chia 2 lần	
4	Naproxen natri	Đau đầu ở trẻ em	Uống: 5-7/mg/kg/liều mỗi 8-12 giờ ở trẻ > 2 tuổi	

Tham khảo: <http://canhgiacduoc.org.vn>

4 TÁC DỤNG PHỤ TIỀM ẨN KHI UỐNG NƯỚC CHANH LÚC BỤNG ĐÓI

Mặc dù uống nước chanh có thể mang lại nhiều lợi ích cho sức khỏe, nhưng việc uống nước chanh khi bụng đói hàng ngày có thể tiềm ẩn những nguy cơ.

Theo Đông y, quả chanh vị chua, tính bình có tác dụng kích thích tiêu hóa, gây trung tiện, chữa đầy bụng. Dịch chanh có tác dụng thanh nhiệt, lợi tiểu, chống viêm, cầm máu, chữa cảm sốt, tiêu diệt vi khuẩn đường ruột. Dịch quả chanh pha với nước đường là thức uống có tác dụng giải khát rất thông dụng.

Ngoài ra, nước chanh còn có tác dụng kích thích tiết men tiêu hoá, làm tăng nhu động ruột; giúp xúc tiến các quá trình hấp thu, phòng và loại bỏ các sắc tố dưới da, phòng ngừa cặn lắng tạo sỏi hệ tiết niệu, hỗ trợ phòng ngừa cao huyết áp, nhồi máu cơ tim...

Tuy nhiên, nếu uống nước chanh khi bụng đói hàng ngày có thể gây ra một số bất lợi cho sức khỏe:





1. Uống nước chanh khi bụng đói có thể gây các vấn đề về tiêu hóa:

- + Có thể làm tăng nguy cơ gây trào ngược axit dạ dày như ợ nóng, đau bụng...
- + Có thể gây khó chịu, gây rối loạn tiêu hóa dẫn đến khó tiêu, đau dạ dày...

Nếu bạn đang gặp các vấn đề về tiêu hóa nên tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi bổ sung thức uống này vào chế độ ăn uống.

2. Mòn men răng:

Chanh có tính axit cao và khi uống thường xuyên, đặc biệt là khi bụng đói có thể:

- + Làm suy yếu và mòn men răng, lớp bảo vệ bên ngoài của răng.
- + Làm ê răng, có thể gây hại cho men răng.
- + Khi men răng bị mòn sẽ gây nhạy cảm hơn khi ăn uống như ê buốt răng, răng đổi màu...

Để tránh tình trạng mòn men răng, bạn nên uống nước chanh bằng ống hút và súc



3. Mất nước cấp tính và đi tiểu thường xuyên:

Uống nước chanh thường xuyên khi bụng đói có thể khiến cơ thể mất nước. Nguyên nhân là do thức uống này giúp loại bỏ độc tố khỏi cơ thể dưới dạng nước tiểu nhưng đi tiểu quá nhiều có thể dẫn đến mất nước. Do đó, khi uống nước chanh cần đồng thời bổ sung nước cho cơ thể.

4. Gây ra vấn đề cho thuốc:

Các loại trái cây họ cam quýt, bao gồm cả chanh, có thể ảnh hưởng đến cách đến khả năng hấp thụ và hiệu quả của thuốc cũng như cách cơ thể chuyển hóa một số loại thuốc.

Ví dụ: Nước chanh có thể cản trở sự hấp thụ của một số loại thuốc kháng sinh và thuốc tuyến giáp...

Chính vì nguyên nhân này nên nếu bạn đang dùng bất kỳ loại thuốc nào, nên tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi thường xuyên uống nước chanh.



Để hạn chế những tác dụng phụ này, nên pha loãng nước chanh với nhiều nước (ít nhất 1/2 quả chanh trong 250- 500 ml nước). Tránh uống ngay vào buổi sáng nếu bạn bị đau dạ dày hoặc trào ngược axit dạ dày.

Tham khảo: suckhoedoisong.vn