

## 7 ĐIỀU “CẦN BIẾT” KHÁM HẬU COVID-19

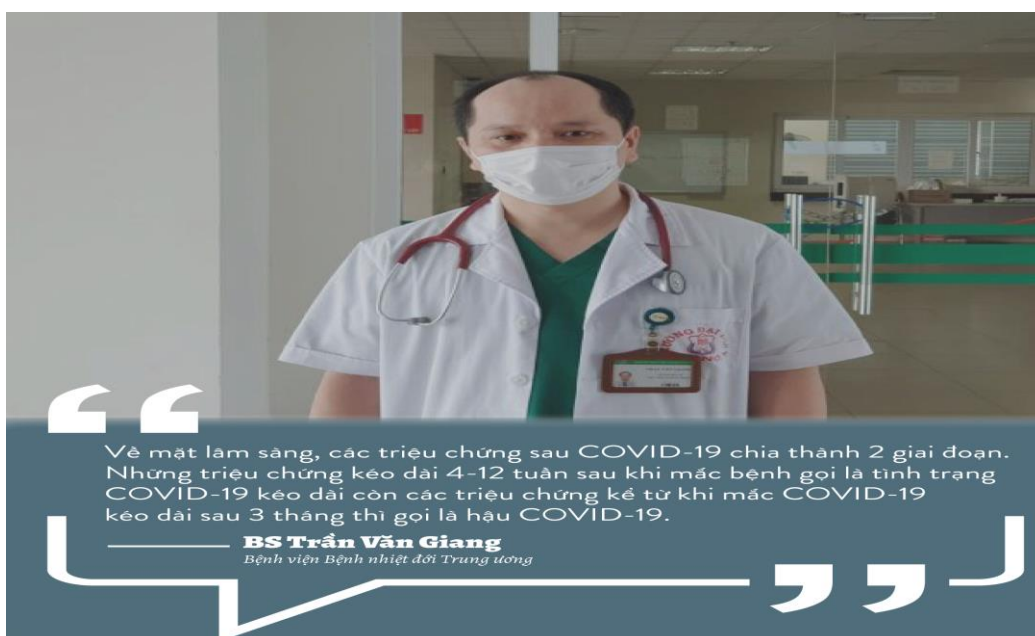
# 01

## Hậu COVID-19 là gì?

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

Lần đầu tiên định nghĩa chính thức về hậu COVID-19 được Tổ chức Y tế thế giới (WHO) công bố vào đầu tháng 10/2021.

Hậu COVID-19 xảy ra ở người có tiền sử nhiễm SARS-CoV-2, thường là 3 tháng kể từ khi bắt đầu mắc COVID-19 với các triệu chứng và kéo dài ít nhất 2 tháng mà không thể giải thích bằng chẩn đoán thay thế.



TS Trần Văn Giang - Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương – cho hay về mặt lâm sàng, các triệu chứng sau COVID-19 chia thành 2 giai đoạn. Những triệu chứng kéo dài 4-12 tuần sau khi mắc bệnh gọi là tình trạng COVID-19 kéo dài còn các triệu chứng kể từ khi mắc COVID-19 kéo dài sau 3 tháng thì gọi là hậu COVID-19.

Theo WHO, hậu COVID-19 có thể khiến sức khỏe con người bị suy giảm kéo dài, có tác động nghiêm trọng đến khả năng quay trở lại làm việc hoặc tham gia cuộc sống xã hội của người bị mắc COVID-19. Họ bị ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và có thể gây ra những hậu quả kinh tế đáng kể cho bản thân, cho gia đình và cho xã hội.

WHO ước tính 10 - 20% bệnh nhân COVID-19 trải qua các triệu chứng kéo dài trong nhiều tháng sau khi mắc bệnh.

## Biểu hiện của “Covid kéo dài”, hậu COVID-19

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

Nhiều nghiên cứu phát hiện có từ 55-200 triệu chứng xuất hiện sau khi bệnh nhân khỏi COVID-19. Các triệu chứng phong phú, biểu hiện trên nhiều cơ quan.

*"Một số nghiên cứu trên thế giới cho thấy 70-80% bệnh nhân COVID-19 có ít nhất một vấn đề về hậu COVID-19 dù giai đoạn dương tính họ mắc bệnh ở mức độ nặng hay nhẹ", BS Nguyễn Trung Cấp – Phó Giám đốc Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương - nói.*

### **Một số biểu hiện COVID kéo dài, hậu COVID-19 như:**

- Triệu chứng hô hấp: Rất phổ biến. Một số nghiên cứu cho thấy ho khan kéo dài, hụt hơi, khó thở là những triệu chứng dai dẳng và phổ biến, gặp từ 42 - 66% trong vòng 3 tháng sau nhiễm COVID-19. Thực tế tại Bệnh viện Bạch Mai, 50-60% những bệnh nhân sau nhiễm COVID-19 với triệu chứng hô hấp kéo dài đến khám được chụp Xquang hoặc chụp cắt lớp vi tính lồng ngực thấy có tổn thương.

- Sốt nhẹ, khó thở, mệt mỏi, đau cơ, khớp, rụng tóc, xơ phổi, tim đập nhanh hoặc đánh trống ngực, rối loạn nội tiết, huyết học bị huyết khối...

- Có trường hợp xuất hiện rối loạn tiêu hóa: ăn không ngon miệng, chán ăn, đau dạ dày, tiêu chảy; buồn nôn, nôn, đau thượng vị;

- Rối loạn vị giác hoặc khứu giác, phát ban...

- Các triệu chứng về tâm thần kinh như: rối loạn tâm lý, giảm sự tập trung, lo âu, trầm cảm, bồn chồn, rối loạn giấc ngủ, mau quên, không tập trung.

Một số người xuất hiện tình trạng não sương mù, nhận thức kém, đọc chậm, giảm trí nhớ ngắn hạn, thay đổi tâm trạng.



Một số nghiên cứu trên thế giới cho thấy 70-80% bệnh nhân COVID-19 có ít nhất một vấn đề về hậu COVID-19 dù giai đoạn dương tính họ mắc bệnh ở mức độ nặng hay nhẹ.

**BS Nguyễn Trung Cấp**  
Phó Giám đốc Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương

Hậu COVID-19 ảnh hưởng rõ rệt tới các hoạt động trong cuộc sống, ảnh hưởng cả trong công việc, nội trợ và sinh hoạt hằng ngày.

PGS.TS Trần Minh Điển – [Giám đốc Bệnh viện Nhi Trung ương](#) – cho hay [biểu hiện của hậu COVID-19](#) với những trẻ có tiền sử đã mắc COVID-19 hoặc tiếp xúc với người mắc COVID-19, sống trong vùng dịch thường xảy ra như sau: Sốt nhẹ, khó thở, ho kéo dài, mệt mỏi, đau cơ, tim đập nhanh, nổi ban đỏ hoặc xung huyết giác mạc.

Một số bị ảnh hưởng đến trí nhớ, khả năng tập trung tư tưởng và rối loạn giấc ngủ hay các rối loạn tiêu hóa như nôn, đau bụng, tiêu chảy. Cá biệt có thể gặp dấu hiệu sốc, rối loạn đông máu, tổn thương thận cấp...

## 03

SKDS - Emagazine

### Ai dễ bị “Covid kéo dài” hoặc hậu COVID-19?

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

Theo PGS.TS Nguyễn Đình Tiến – Bệnh viện 108, không giống một số hội chứng hậu bệnh lý khác có xu hướng chỉ xảy ra ở những người đã bị bệnh nặng, hậu COVID-19 có thể xảy ra với bất kỳ ai đã bị mắc COVID-19, ngay cả khi bị bệnh nhẹ.

Thậm chí trong thời gian mắc bệnh, họ không có triệu chứng thì vẫn có thể bị hậu COVID-19.

Các chuyên gia của Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương cho biết **hậu COVID-19 có thể xuất hiện ở mọi lứa tuổi**, kể cả trẻ em.

Tuy nhiên, ở trẻ em, triệu chứng cả khi nhiễm bệnh, hậu COVID-19 đều nhẹ và ít hơn người trưởng thành. Biến chứng hậu COVID-19 đáng lo ngại nhất ở trẻ em là hội chứng viêm đa hệ thống ở trẻ (MIS-C), tổn thương đến tim, phổi, thận, mạch máu... Thực tế các bác sĩ Bệnh viện Nhi Trung ương, Nhi đồng TP HCM, Nhi đồng Đồng Nai, Phú Thọ hay Hải Phòng... đã tiếp nhận, điều trị một số trường hợp mắc biến chứng này.

Trong khi với bệnh nhân mắc COVID-19 mức độ nặng/nguy kịch, cần can thiệp y tế nhiều trong giai đoạn điều trị chính của bệnh (như nhập vào các khoa hồi sức tích cực, cấp cứu) thì các vấn đề về hậu COVID-19 sẽ nhiều và trầm trọng hơn.

Với người có sẵn bệnh nền như bệnh tim mạch, tiểu đường, đặc biệt là hô hấp, viêm phổi tắc nghẽn mạn tính, viêm phế quản mạn... khi COVID-19 xảy ra trên nền bệnh đó có thể khiến tổn thương vốn có của họ trở nên nặng hơn.

## 04

SKDS - Emagazine

### Vaccine có thể giảm biến chứng hậu COVID-19?

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

BS Trần Văn Giang – Bệnh viện Bệnh nhiệt đới Trung ương- khẳng định: Để phòng COVID-19 tốt nhất là tiêm vaccine. Việc tiêm vaccine không những làm giảm khả năng nhập viện, tử vong của bệnh nhân COVID-19, mà còn giúp những vấn đề hậu COVID-19 nhẹ nhàng hơn.

"Một nghiên cứu đăng tải trên tạp chí Y khoa uy tín The Lancet, nồng độ kháng thể kháng virus SARS-CoV-2 thấp có thể làm tăng nguy cơ xuất hiện triệu chứng hậu COVID-19" – BS Giang nói.

## Không nên quá lo lắng

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

PGS.TS Nguyễn Đình Tiến khuyên khi thấy có những biểu hiện, triệu chứng hậu COVID-19 trên đây, người dân nên tìm đến nhân viên y tế. Các bác sĩ sẽ xác định tình trạng bệnh, hướng dẫn điều trị triệu chứng và những chăm sóc sức khỏe cần thiết.

Hiện nay, việc điều trị tình trạng hậu COVID-19 là điều trị không đặc hiệu, có nghĩa là điều trị triệu chứng, chăm sóc toàn diện, phục hồi chức năng.

Theo ghi nhận thực tế của các bác sĩ, hầu hết những biến chứng hậu COVID-19 không gây nguy hiểm tử vong, mà chủ yếu ảnh hưởng đến cuộc sống hằng ngày của người bệnh. Các triệu chứng phổ biến như trầm cảm, mất ngủ, lo âu kéo dài... Để khắc phục tình trạng này, chủ yếu người bệnh phải tự điều chỉnh sinh hoạt để cải thiện.

Với trẻ nhỏ, thực tế từ các phòng khám hậu COVID-19 cho thấy trẻ thường được đến khám cùng bố mẹ (gia đình có nhiều người mắc bệnh), ít có các triệu chứng hậu COVID-19 hơn người trưởng thành.

*"Nhiều trẻ em đến khám chỉ vì bố mẹ lo lắng"* – BS Đinh Thế Tiến, Bệnh viện Đa khoa Đức Giang - nhận định.

Nhiều trẻ em khám hậu COVID-19 nhưng không cần chụp chiếu, lấy máu xét nghiệm vì các em chỉ mắc ở mức độ rất nhẹ, thời gian mắc ngắn, khám lâm sàng không thấy dấu hiệu khó thở, ho trong khi năng lượng hoạt động các em vẫn rất tốt.

Sau khi cân nhắc lợi ích - nguy cơ thì bác sĩ cho rằng không cần phải lấy máu xét nghiệm hay chụp chiếu, chỉ dặn bố mẹ theo dõi sát, nếu trẻ có triệu chứng sẽ tái khám và làm xét nghiệm liên quan triệu chứng.

Với hội chứng MIS-C, TS.BS Tạ Anh Tuấn - Trưởng khoa Điều trị tích cực Nội khoa, Bệnh viện Nhi Trung ương - cho biết, hội chứng này thường xảy ra sau khi em bé mắc COVID-19 từ 2-6 tuần. Biểu hiện lâm sàng của trẻ mắc hội chứng MIS-C

là: Bé sốt cao liên tục, phát ban, rối loạn tiêu hóa, nếu nặng hơn có thể gặp các biến chứng tim mạch, sốc...

Người mắc hội chứng này sẽ rơi vào tình trạng nguy kịch và có thể tử vong nếu không được xác định, điều trị sớm. Bệnh khó chẩn đoán và dễ bị nhầm lẫn với các bệnh tương tự khác.

*"Tuy nhiên, nếu trẻ được chẩn đoán sớm, phát hiện hội chứng MIS-C sớm và điều trị đúng, kịp thời thì diễn tiến thường thuận lợi, trẻ phục hồi tốt" – BS Tuấn nói.*

## 06

SKDS - Emagazine

### **Ai nên đi khám hậu COVID-19?**

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

PGS.TS Hoàng Thị Phương - Phó chủ nhiệm bộ môn Nội, Trường Đại học Y dược thuộc Đại học Quốc gia Hà Nội- cho biết tuy nhiều người gặp các triệu chứng hậu COVID-19 nhưng không có nghĩa tất cả những người mắc COVID-19 đều đi khám hậu COVID-19, như vậy sẽ rất lãng phí.

Theo khuyến cáo của bác sĩ Phương, nhóm F0 nằm viện, có viêm phổi, điều trị ICU thì sau khi ra viện, bác sĩ sẽ hẹn tái khám định kỳ 4 tuần, 8 tuần. Còn nhóm F0 nhẹ, không phải nhập viện thì chỉ đi tái khám khi có triệu chứng hậu COVID-19.

BS Đinh Thế Tiến – Bệnh viện Đa khoa Đức Giang - một số nhóm F0 sau khi khỏi bệnh (âm tính) cần lưu ý vấn đề khám hậu COVID-19 như:

Nhóm người có bệnh nền (như tăng huyết áp, mạch vành, đái tháo đường, rối loạn chuyển hóa...);

- Nhóm người từ 60 tuổi trở lên bởi họ có nguy cơ có nhiều bệnh đồng mắc chưa khởi phát nhưng sau khi mắc COVID-19 có thể thúc đẩy tình trạng nặng hơn...

- Các F0 phải nhập viện (bị suy hô hấp, phải can thiệp thở oxy trở lên, sốt cao không đáp ứng thuốc...).

Với trẻ nhỏ, PGS.TS Trần Minh Điển – Giám đốc Bệnh viện Nhi Trung ương - khuyên các bậc phụ huynh khi các cháu xuất hiện những tình trạng như đỏ da, khó thở, mệt mỏi thì phải đưa con đi khám xem có mắc hội chứng viêm đa hệ thống hay không.

## Đi khám hậu COVID-19 ở đâu?

*Có cần đi khám hậu COVID-19 không?*

Hiện nay ở phía Nam có nhiều bệnh viện đã tổ chức đơn vị chăm sóc cho bệnh nhân hậu COVID-19 như: *Bệnh viện Chợ Rẫy; Bệnh viện Bệnh nhiệt đới TP. HCM; Bệnh viện Thống Nhất, Bệnh viện Đại học Y Dược TP HCM, Bệnh viện Nhi đồng 1; Viện Y dược học dân tộc TP. HCM, Đồng Nai...*

Tại Hà Nội, người dân có thể đến một số bệnh viện: *Bệnh nhiệt đới Trung ương, Đa khoa Đức Giang, Hữu Nghị, Bạch Mai, Bệnh viện Điều trị người bệnh COVID-19 (thuộc Bệnh viện Đại học Y Hà Nội), và một số bệnh viện tư nhân...*

Theo: ***Báo Sức khỏe và đời sống***