

Chuyện Thủy Sản ở Quê Việt Nam .!!!

BS Nguyễn Thượng Chánh

Cá, tôm, sò, ốc là những thủy sản rất quen thuộc trong các bữa ăn hằng ngày tại quê nhà, nhưng chúng cũng có thể là mối đe dọa cho sức khỏe. Nhiễm giun sán là vấn đề đáng lo ngại đối với mọi người. Thủy sản cũng như các loài động vật đều có thể bị nhiễm giun sán nhưng chỉ có một số mới truyền sang cho người mà thôi.



Gần đây báo chí bên nhà có nói nhiều về sự bộc phát của bệnh sán lá, khoa học gọi là distomatosis, do cá truyền sang cho người tại một số tỉnh ở VN. Các giới chuyên môn nghĩ rằng bệnh lý này có nguyên nhân chính từ tập tục ăn gỏi cá sống hoặc ăn cá nấu không thật chín. Nghiên cứu tại VN cho biết có từ 45% đến 80% cá nuôi tại một số vùng đã bị nhiễm sán lá rất trầm trọng.

Tại Nam Định, nơi thường có tập tục ăn gỏi cá sống, thì số người bị nhiễm sán lá từ cá có thể lên đến 65%, và cá nuôi thì bị nhiễm tới 44,7%. Tại Nghệ An, chó mèo và heo bị nhiễm sán lá từ cá truyền qua với tỷ lệ 13-38%. Riêng An Giang và Nghệ An là hai tỉnh không có tập quán ăn gỏi cá sống cho nên số người bị nhiễm sán lá từ cá chỉ ở mức độ từ 0,1 đến 1% mà thôi (VietnamNet 18/10/2006).

Nhiễm sán lá là một vấn đề rất nghiêm trọng tại vùng Đông Nam Á, đặc biệt là Trung Quốc, Việt Nam, Thái Lan, Lào và Cam Bốt.

Có nguy hiểm đến sức khỏe hay không?

Triệu chứng thay đổi tùy theo loại sán, tùy theo số lượng sán nhiều hay ít, tùy nơi định vị và tùy theo thời gian mới nhiễm hay đã bị nhiễm từ nhiều năm rồi. Nói chung triệu chứng ban đầu lúc ấu trùng di chuyển có thể là đau bụng, thường là ở vùng hạ sườn phải (right upper quadrant), nôn mửa, tiêu chảy, biếng ăn, mất cân... Một thời gian sau thì có triệu chứng gan mật, vàng da vv...



Sán lá gan *Fasciola gigantica* to nhất, thường làm nghẽn bít hệ thống mật và gây tổn hại mô gan. Báo Thanh Niên Daily ngày Sept 22 /2006 có nói đến một ca tại Quảng Bình sán lá gan xuyên qua da và chui ra khỏi lồng ngực lúc bệnh nhân đang được bác sĩ khám. Một vài loài như sán lá phổi *Paragonimus westermani* có thể gây ra những triệu chứng trầm trọng khi chúng vào trong phổi, trong các hạch hoặc trong

não.

Gỏi cá sống và giun đầu gai *Gnathostoma*

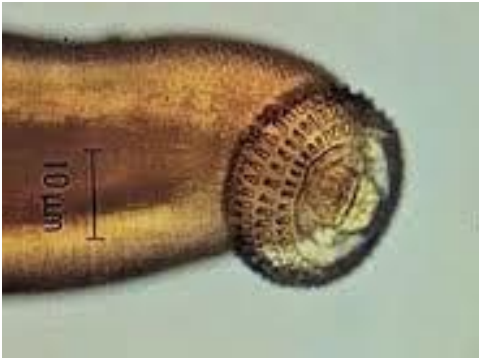


Gỏi cá sống là đặc sản của vùng duyên hải VN. Món gỏi cá sống tuy rất ngon nhưng nó vẫn là mối đe dọa đối với sức khỏe chúng ta. Cá sống có thể nhiễm khuẩn và nhiễm ký sinh trùng mà đáng kể nhất là giun đầu gai *Gnathostoma*. Loại giun này rất phổ biến tại vùng Đông Nam Á, Nam Mỹ, Mexico, Peru và Ecuador. Việt Nam là một trong những quốc gia có tỉ lệ nhiễm giun đầu gai khá cao.

Giun trưởng thành (adult) sống trong bao tử chó và mèo. Trứng giun theo phân nhiễm vào nước mưa chảy xuống ao hồ sông rạch. Trứng nở ra ấu trùng (larvae) và bị một loại giáp xác (crustacea) thật nhỏ có tên là cyclop ăn vào. Cá, lươn, rắn, ếch nhái, gà vịt, và các loại thủy cầm (waterfowl) đương nhiên nuốt cyclop vào bụng và bị nhiễm giun đầu gai. Trong các loài vật vừa kể, ấu trùng giun sẽ định vị trong thịt.

Khi chúng ta dùng cá sống, ấu trùng vào bụng, xuyên ruột và đi tứ tung trong cơ thể chúng ta. Giun có thể vào gan, vào mắt, di chuyển dưới da, hoặc đến định vị trong não hay trong tủy sống. Đây là bệnh *Gnathostomosis*.

Đi đến đâu, giun gây tình trạng viêm sưng đến đó. Tùy nơi giun định vị mà triệu chứng sẽ khác nhau. Ở mắt, sẽ làm giảm thị lực hoặc mù lòa, và gây ho hen nếu ở hệ hô hấp. Nguy hiểm nhất là nếu giun định vị trong hệ thần kinh trung ương và gây chứng viêm não tủy (encephalomyelitis), làm rối loạn cảm giác, liệt tứ chi và có thể chết.



Vài năm trước đây Hội Dược Sĩ VN tại Hoa Kỳ cũng có đăng một bài nói về một ca nhiễm giun đầu gai ở một Việt kiều lúc về thăm quê hương. Trong thời gian ở VN, anh ta có nhậu với bạn bè món thịt rắn hổ mang, và đặc biệt là anh ta xơi sống nguyên tim rắn với hy vọng là sẽ được sung sức bằng 5 bằng 10 ngày thường. Khi trở qua Hoa Kỳ, anh ta bắt đầu ngã bệnh và có dấu hiệu mệt mỏi yếu sức lạ thường lại thêm sốt, nổi mày đay ở chân, đau ở vùng gan, ớn lạnh về chiều. Kết quả xét nghiệm máu, cho thấy số bạch cầu eosinophils trong máu tăng cao 13.000.

Các bác sĩ bên Mỹ mò mẫm chữa trị bằng kháng sinh, nhưng bệnh vẫn không thuyên giảm. Cuối cùng qua sự cố vấn của một nhà ký sinh trùng học, bác sĩ Nagami, thuộc The Centers for Disease Control & Prevention (CDC), bệnh đã được chẩn đoán chính xác: bệnh nhân đã bị nhiễm giun đầu gai *Gnathostoma spinigerum*. Thuốc Albenza (Albendazole) đã được sử dụng để trị dứt bệnh...

Những điểm cần lưu ý:

Sán lá chỉ có thể phát triển và tồn tại lâu dài nếu trong ao hồ hội đủ các yếu tố như có sự hiện diện của một loại ốc thích hợp sống trong nước, cây cỏ thảo mộc dưới nước, cá tôm sống ở nước ngọt và sau hết phải có người hay một loài động vật nào đó ăn vào. **Cá chép (carp) thuộc họ Ciprinidae thường là ký chủ trung gian của sán lá *Clonorchis sinensis* và của sán lá *Opisthorchis spp.*** Điều kiện khí hậu và điều kiện kinh tế xã hội của Việt Nam rất thuận lợi để bệnh sán lá dễ phát triển và dễ lây truyền. Người bị nhiễm qua việc ăn cá sống, nấu không đủ chín hoặc ăn sống các loại rau cải mọc dưới nước đã bị nhiễm ấu trùng sán lá. Thí dụ tại VN có thể thấy rau muống ruộng, rau dứa, ngó sen, rau ngổ, rau bòn bòn, rau chút, rau bông súng, rau cần ống. Tại hải ngoại có rau cresson sauvage mọc dưới nước (watercress) cần phải để ý v...v...

Video: Trồng rau muống tại miền Bắc:
<http://www.youtube.com/watch?v=NtbTwBAq03A>

Ướp muối, ngâm giấm hoặc hong khói rất khó diệt được ấu trùng sán lá trong cá. Theo FDA, giữ cá ở nhiệt độ trừ 20 độ C trong vòng 7 ngày hoặc trừ 35 độ C trong vòng 15 giờ có thể diệt được ấu trùng Metacercariae với điều kiện là bề dày của cá không được trên 15cm (6 inches). Phương pháp này chỉ có thể thực hiện trong các nhà máy mà thôi. Trong thực tế, người ta tự hỏi liệu cá nhập cảng từ Á châu bán tại các chợ Tàu, chợ VN ở hải ngoại có đáp ứng được điều kiện này hay không?

- Nhiễm sán lá sẽ dẫn đến các bệnh về gan, phổi và ruột.
- Nấu cá và rau cải thật chín sẽ diệt được sán lá đồng thời giúp làm giảm nguy cơ bị nhiễm các loại ký sinh trùng.
- Xây cầu tiêu và nuôi gia súc như heo, trâu bò, dê cừu trên ao cá cũng như việc dùng phân súc vật để nuôi cá là lý do làm gia tăng bệnh sán lá.
- Tập tục ăn uống, ăn rau sống, ăn gỏi cá sống, ăn sushi, sashimi, lẩu cá cua tôm tép, nhúng giấm, luộc không đủ chín rất nguy hiểm.
- Ngày nay, kỹ nghệ nuôi trồng thủy sản (aquaculture) đang phát triển rầm rộ tại Việt Nam, Trung Quốc, Thái Lan...Việc toàn cầu hoá mậu dịch chắc chắn đã tạo điều kiện thuận lợi trong vấn đề xuất cảng cá tôm nhiễm ấu trùng sán lá đi khắp cả các nơi trên thế giới.
- Trong các chợ Tàu và chợ Việt tại hải ngoại, đa số cá tôm đông lạnh thường được nhập cảng từ Việt Nam, Thái Lan, Trung Quốc, Ấn độ và Nam Mỹ là những quốc gia có vấn đề sán lá rất nghiêm trọng.

Việc giáo dục dân chúng về hiểm họa ăn cá sống là điều cần phải thực hiện cấp bách.

Du lịch Việt Nam coi chừng bị viêm màng não vì ăn ốc



Angiostrongylus cantonensis is the most common infectious cause of eosinophilic meningitis worldwide. Although human infections with *A. cantonensis* are traditionally associated with Southeast Asia and the Pacific Basin, sporadic cases have been reported in several countries outside this region. In the Caribbean, eosinophilic meningitis has not been commonly reported, although *A. cantonensis* has been found in rats from Cuba, Puerto Rico, and the Dominican Republic. CDC

Bên nhà đôi khi ốc cũng có thể bị nhiễm một loại giun có tên là *Angiostrongylus cantonensis*. Giun trưởng thành (adult) sống trong phổi chuột và ấu trùng (larvae) được thấy sống ký sinh trong một số ốc dưới nước hay trên cạn. Ăn thịt ốc nấu không đủ chín, sẽ bị nhiễm giun

Angiostrongylus cantonensis. Vào đường tiêu hóa, ấu trùng xuyên qua thành ruột, theo đường máu để lên định vị tại vùng não và gây ra bệnh viêm màng não tăng bạch cầu ái toan (eosinophilic meningitis) rất nguy hiểm.

Tại Việt Nam có bao nhiêu loài ốc độc?

Theo Đào Việt Hà (Viện Hải dương học Nha Trang) <http://vietbao.vn/Khoa-hoc/Co-bao-nhieu-loai-oc-doc/40173736/188/> vụ ngộ độc do ăn ốc biển xảy ra ngày 4-4 tại Phú Yên đã làm một người chết và hai người phải cấp cứu. Ngày 17-10 vừa qua, một vụ ngộ độc tương tự lại xảy ra tại Quảng Ngãi, kết quả là hai trong số ba nạn nhân tử vong sau khi cả ba người ăn khoảng 500g món ốc nướng.

Có bao nhiêu loài ốc độc?

Đối với ngộ độc tử vong do ốc biển qua con đường thức ăn như vụ ngộ độc đã nêu ở trên là trường hợp đầu tiên được ghi nhận tại VN. Tuy nhiên, các trường hợp ngộ độc tương tự đã từng xảy ra khá phổ biến tại khu vực Thái Bình Dương, điển hình là tại Nhật Bản. Thông thường, các loài ốc biển có thể ăn được, nhưng đột nhiên lại trở thành độc mà chúng ta không thể biết lý do tại sao chúng trở nên độc. Một số loài ốc chỉ độc ở một bộ phận nào đó nhất định (thường là tuyến nước bọt), nhưng cũng có những loài ốc hoàn toàn độc và hết sức nguy hiểm đến tính mạng nếu như chúng ta vô tình ăn chúng.

Gần đây, khá nhiều loài ốc được ghi nhận là nguyên nhân của các vụ ngộ độc cho con người thông qua con đường thức ăn như ốc mặt trắng (turban), ốc đụn (the top of shells), ốc tù và (trumpet shells), ốc hương Nhật Bản (ivory snails), ốc trám (oliva). Tùy vào từng loài ốc, bản chất độc tố có thể là **saxitoxin** (độc tố vi tảo tích lũy trong các sinh vật hai mảnh vỏ, một số loài cua rạn...) hoặc **tetrodotoxin** (độc tố cá nóc, mực đốm xanh, so...). Độc tố trong các loài ốc mặt trắng, ốc đụn và ốc trám đã được xác định là saxitoxin (một loại độc tố thần kinh thường gặp ở một số loài vi tảo giáp Alexandrium)".

Từ lâu, Tổ chức Y Tế Thế giới (WHO) và Tổ chức Lương Nông Thế giới (FAO) đã cảnh báo các quốc gia vùng Đông Nam Á, trong đó có Việt Nam về hiểm họa cá nước ngọt nhiễm sán lá lây truyền cho người. Đây là một vấn đề y tế công cộng vô cùng quan trọng ảnh hưởng cho cả thế giới. Năm 1995 WHO đã ước lượng vùng Đông Nam Á có khoảng 9 triệu người bị nhiễm sán lá và Trung Quốc có tới 20 triệu người bị nhiễm mà trầm trọng nhất là vùng tỉnh Quảng Đông ở về phía Nam. Riêng Việt Nam có trên 7 triệu người nằm trong diện nguy hiểm có thể bị nhiễm sán lá gan trong đó có 1 triệu người đã bị nhiễm thật sự.

Tổ chức FIBOZOPA gần đây cũng đã cho biết số người bị nhiễm sán lá tại vùng sông Hồng, Bắc Việt Nam, có thể phải nhiều hơn gấp bội so với những số được nêu ra từ trước (mức độ nhiễm 15%-20%). Tại những vùng nhiễm sán, WHO cũng quan tâm đến sự xuất hiện của một số bệnh lý như bệnh cancer ác tính ống dẫn mật cholangiosarcoma, bệnh sỏi túi mật gallstones (do nhiễm sán lá Opisthorchis và sán lá Clonorchis), bệnh tiêu chảy và bệnh loét bao tử peptic ulcers (do nhiễm sán lá Haplorchis và sán lá Metagonimus). Phải chăng sự hiện diện của sán lá đã ảnh hưởng đến sự xuất hiện của cancer cholangiosarcoma và của sỏi mật?

Sán lá nhiễm từ cá không phải là hiểm họa duy nhất tại Việt Nam. Bệnh giun đầu gai (Gnathostoma) do việc ăn cá sống, ăn thịt rắn, và ếch nhái là một hiểm họa khác mà chúng ta cũng cần phải quan tâm mỗi khi ăn.

Ngoài ra cũng không nên thờ ơ với bệnh thịt heo gạo cysticercosis do sán dây Taenia solium gây ra, thịt heo nhiễm giun bao Trichinella spiralis, và thịt bò gạo do sán dây Taenia saginata ...

Cẩn thận với các món quá ngon như gỏi cá sống, sushi, sashimi, nem chua, bò tái chanh, thịt bò beefsteak chiên nửa sống nửa chín ...nếu ăn ở bên nhà.

Tổ chức Lương Nông Thế Giới FAO nhìn nhận là tại Á châu, việc kiểm soát và giải quyết mối nguy cơ nhiễm sán lá từ thực phẩm (FBT: foodborne trematodes) là một vấn đề vô cùng khó khăn và phức tạp cần phải có sự quyết tâm và phối hợp nhịp nhàng của rất nhiều lĩnh vực chuyên môn. Giáo dục dân chúng để thay đổi lối sống, quan tâm hơn đến vệ sinh, thay đổi tập tục và thói quen ăn uống, như đừng bao giờ ăn cá sống, cũng như đừng ăn sống các loại rau cỏ mọc dưới nước là công việc cần phải làm trước mắt. Chuyện coi vậy mà không phải dễ làm đâu! Bệnh cá nhiễm sán lá lây truyền cho người tại Việt Nam là một sự kiện tất yếu không làm ai ngạc nhiên hết!

Để kết luận, tác giả xin mượn lời cảnh báo có vẻ bi quan của TS Đặng thị Cẩm Thạch, Trưởng Phòng Ký Sinh Trùng (Viện Sốt Rét, Ký Sinh Trùng- Côn Trùng Trung Ương): *"Việt Nam nằm trong vùng khí hậu nhiệt đới, cùng với tập quán ăn uống, sinh hoạt chưa đảm bảo vệ sinh, rất thuận lợi cho sự phát triển của các bệnh giun, sán. Ước tính, trên toàn quốc số người nhiễm giun đũa khoảng 60 triệu người, giun tóc 40 triệu người và giun móc 20 triệu người, trong đó số nhiễm phối hợp 2, 3 loại giun lên tới 60-70%."*

<http://vietbao.vn/Suc-khoe/60-trieu-nguoi-Viet-Nam-dang-mang-giun-san-trong-bung/20615773/248/>

Không biết lời báo động trên có làm cho người dân mình lo sợ và thay đổi cách ăn uống hay không? Riêng đối với các bạn hiện đang sống tại nước ngoài, nếu có đi du lịch VN, Thailand hoặc Nam Mỹ, để phòng ngừa giun đầu gai chúng ta chỉ nên ăn thịt, cá, rắn, lươn, ếch vv...đã được nấu thật chín mà thôi. Đông lạnh ở nhiệt độ trừ 20 độ C diệt được giun Gnathostomas.

Nguyễn Thượng Chánh_DVM