

Một chia sẻ hữu ích cho người cao tuổi.

Cần Thận việc Uống Nước của Người Già

Trần Lê Minh Mẫn

Mùa đông năm trước, Mẹ tôi bị viêm phổi, phải đi cấp cứu rồi nằm viện 10 ngày. Bản thân tôi và mọi người xung quanh đều nghĩ rằng Mẹ bị viêm phổi vì trời lạnh. Tuy nhiên, nguyên nhân thật sự lại không phải như vậy. Hôm nay tôi muốn kể lại để chia sẻ với mọi người một kinh nghiệm mới mà tôi tin rằng có nhiều người chưa từng nghe nói. Đợt đó, Mẹ tôi bị ho kéo dài, khô khè, và ho có đàm. Sợ Mẹ bị viêm phổi, tôi lấy hẹn đưa Mẹ đi bác sĩ. Nghe phổi của Mẹ, ông bác sĩ gia đình (bác sĩ Việt Nam) khẳng định chỉ là ho bình thường thôi, không phải viêm phổi. Bác sĩ không kê toa mà biểu tôi ra mua thuốc over the counter (là thuốc mua tự do, không cần toa bác sĩ). BS dặn là thuốc này làm loãng đàm, sẽ khiến bệnh nhân ho nhiều, nhưng không có gì đáng lo.

Cả đêm, Mẹ tôi ho suốt. Tới gần sáng thì Mẹ bắt đầu bị đau ngực sườn bên phải. Cơn đau càng lúc càng nhiều, cử động cũng đau, đi hay đứng, hay nằm cũng đau. Tôi gọi xe cứu thương. Họ tới nơi, kiểm tra mọi triệu chứng, nghe tim nghe phổi, rồi đưa Mẹ đi cấp cứu. Tới bệnh viện, họ lập tức chỉ định thử máu, chụp CT, chụp X quang, đo điện tim v.v... Nói chung là mọi loại xét nghiệm cần thiết đều được thực hiện trong vòng một tiếng đồng hồ. Không bao lâu sau, họ có kết luận ngay là Mẹ tôi **bị viêm phổi**. Đến chiều, sau khi thực hiện thêm vài bước kiểm tra nữa, họ nói trong phổi có nước (fluid). Tuy nhiên, đo lượng fluid không nhiều lắm nên họ không cho rút ra, chỉ điều trị bằng trụ sinh. Đến ngày thứ ba, họ cho chụp hình lại, và thấy fluid vẫn còn y nguyên. Quyết định đưa đi rút fluid trong phổi ra. Tiếc là, fluid trong phổi Mẹ tôi **quá đặc**, ông bác sĩ dùng hết sức bình sinh kéo ống xy lanh mà chỉ có thể kéo ra một giọt fluid bé xíu. Vậy là ông bác sĩ đành chịu thua, chỉ ráng gửi một giọt fluid đó qua lab để họ coi thử coi có kết luận được gì không.

Ngay sau đó, họ chuyển Mẹ tôi qua một phòng chụp hình khác. Ở đây, Mẹ được ngồi trước một cái máy chụp quang tuyến có nối thẳng với màn hình. Thay vì chỉ chụp hình, máy sẽ truyền hình ảnh lên màn hình trước mặt để chính bệnh nhân có thể nhìn thấy cùng với hai vị bác sĩ chuyên môn. Vì Mẹ không rành tiếng Mỹ, cần có thông dịch, nên tôi cũng được có mặt trong phòng lúc đó. Họ nói họ muốn theo dõi phản xạ nuốt của Mẹ tôi.

- Họ cho Mẹ nhai bánh, uống dung dịch đặc, và uống nước lọc. Mỗi khi Mẹ cắn, nhai, và nuốt (hay uống nước, rồi nuốt), trên màn hình sẽ hiện lên hình ảnh thực quản và khí quản của Mẹ. Bánh hay nước thì được thể hiện bằng màu đỏ. Nhìn lên màn hình, người ta có thể thấy đường đi của bánh hay nước (màu đỏ), đi thẳng vô thực quản hay không.
- Lúc Mẹ ăn bánh, và uống dung dịch đặc thì đường màu đỏ đi thẳng vô thực quản. Đến lúc Mẹ tôi uống nước thì có một ít nước bị lọt qua khí quản. Cả 2 vị bác sĩ cùng gật gù, và yêu cầu Mẹ uống lại lần nữa.
- Lần này, trước khi uống, Mẹ được yêu cầu **cúi đầu xuống, để cảm hương vô cổ**. Trong tư thế đó, Mẹ tôi uống nước, và nước chảy trọn vô thực quản, không còn “đi lạc” qua khí quản nữa.

Sau đó, họ giải thích lại cho tôi hiểu, rằng khi chúng ta uống nước, thỉnh thoảng cũng có nước chảy lạc qua khí quản. Theo phản xạ tự nhiên, chúng ta sẽ SẶC. Nhưng **người già có khi mất phản xạ SẶC**. Khi đó, những tia nước nhỏ đi lạc vô khí quản sẽ đi thẳng xuống phổi và nằm lại đó. Lâu dần, nó gây ra viêm phổi. Và đặc biệt là nó gây tổn thương cho phổi bên phải. Vì vậy, Mẹ tôi mới bị đau bên ngực sườn bên phải, nơi có vết fluid trong phổi.

Như vậy, trận viêm phổi đợt đó của Mẹ tôi không phải là do bị nhiễm lạnh mà ra.

Nguyên nhân thật sự **LÀ DO UỐNG NƯỚC VÀ NƯỚC ĐI LẠC VÔ KHÍ QUẢN**, mà Mẹ tôi thì **MẤT PHẢN XẠ SẶC**.

Để khắc phục tình trạng này, bác sĩ dặn Mẹ tôi **mỗi khi uống nước nhớ cúi đầu xuống**.

Cách tốt nhất là **uống nước bằng ống hút**. Vì khi uống bằng ống hút, tự nhiên mình sẽ cúi đầu xuống để ngậm uống hút.

Dĩ nhiên, không phải người già nào viêm phổi cũng vì lý do này. Nhưng đây cũng là một lý do.

Đã được nghe các bác sĩ giải thích, được tận mắt chứng kiến quá trình bác sĩ kiểm tra và kết luận, tôi muốn kể lại mọi người cùng biết. Ví dụ như một lúc nào đó các bạn nhận ra cha mẹ già của mình không còn hay bị sặc nữa, thì có lẽ cũng nên khuyên ông bà uống nước bằng ống hút cho an toàn, nếu không thì cũng chú ý tư thế cúi đầu xuống, hương cảm vô cổ khi uống nước ...

Hay nếu thấy người thân ho mà đau mạn sườn bên phải thì bạn cũng có thể đề nghị bác sĩ cho làm test kiểm tra theo hướng này.

Một chút chia sẻ để bạn bè cùng biết. Mong các vị thân sinh của chúng ta luôn được bình an, mạnh khỏe, vui vầy cùng con cháu.