

# TÔI BỊ BỆNH PARKINSON

*Lê Thành Trinh*

## Lời nói đầu.

Đây không phải là một bài viết về bệnh PARKINSON vì tôi không có đủ khả năng làm việc này. Đây chỉ là những kinh nghiệm bản thân để đối phó với bệnh Parkinson mà tôi muốn chia sẻ với những Ái Hữu đang mắc bệnh hay có thể sắp mắc bệnh này.

Quý AH nào muốn biết rõ về bệnh Parkinson có thể vô Internet để xem rất nhiều tài liệu về vấn đề này.

Khi thấy các cụ già tay chân run rẩy, đi đứng loạng quạng, nói năng ngọng nghịu, ăn uống nghẹn sặc v.v., tôi nghĩ rằng đây là hiện tượng lão hóa tự nhiên, bình thường lúc tuổi già. Tuy nhiên tôi vẫn thắc mắc tại sao có nhiều cụ không có triệu chứng lão hóa nào cả và vẫn sống khỏe mạnh cho đến khi các cụ về với tổ tiên.

Cách đây khoảng 10 năm, tôi bắt đầu thấy đi lại khó khăn, dễ mất thăng bằng. Các ngón tay khó điều khiển và tôi đã gặp khó khăn khi làm những việc nhỏ như cài cúc áo hay buộc dây giày. Dù cố gắng nhưng vào buổi sáng, tôi viết chữ nhỏ li ti và xấu như gà bới. Lưỡi tôi cũng không còn mềm nên phát ngôn không được rõ ràng. Tôi vẫn nghĩ là vì tôi đã già rồi nên các tật này cũng bình thường thôi.

Cho tới khi tật nói ngọng của tôi gây cản trở cho việc làm của tôi. Trong phiếu điểm để xét thăng trật của tôi, mọi mục đều tốt, chỉ có một mục rất xấu là thông đạt kém (poor communication). Trước đây khoa nói của tôi cũng không đến nỗi tệ lắm: tôi đã là giáo viên dạy môn Lý học tại trường Chu văn An Saigon và môn Sức Bền Vật-liệu tại trường Điện ở Trung Tâm Kỹ thuật Phú-Thọ, và tôi đã có thể nói thao thao cả giờ. Nay nói trực diện với ai thì tôi phải cố gắng mới phát biểu được ý kiến của mình, còn nói điện thoại thì người nghe

không hiểu nổi là tôi muốn nói gì. Tôi đã phải ngưng hẳn những buổi thuyết trình hay phát biểu ý kiến trong các buổi họp. Tôi chỉ còn dùng điện thư để liên lạc với người khác.

Các AH đều biết là khả năng thông đạt (communication skills) rất quan trọng đối với việc quản lý nhân sự, và đây là điều kiện tiên quyết trong việc bổ nhiệm các cấp chỉ huy. Vì vậy cơ quan đã không bổ nhiệm tôi vào chức vụ mà họ đã dự định từ trước. Tuy nhiên, vì họ còn cần tôi nên họ đã đặc cách thăng trật cho tôi bằng với trật của chức vụ mà họ đã không cho tôi làm, mặc dù tôi không giữ chức vụ này. Như vậy trong nhóm làm việc của tôi, tôi ngang trật với ông chỉ huy. Đây là chuyện bất thường trong một môi trường còn nặng tính kỳ thị như ở đây.

Bác sĩ gia đình gửi tôi đến một bác sĩ chuyên khoa thần kinh và sau nhiều trắc nghiệm ông này kết luận là tôi bị bệnh Parkinson. Ông nói là hiện chưa có thuốc chữa lành bệnh này, nhưng có thuốc làm giảm các triệu chứng của bệnh, và tôi phải uống thuốc này liên tục cho đến ngày về với ông bà.

Vì tò mò muốn biết về bệnh Parkinson, nên tôi yêu cầu ông bác sĩ nói cho tôi biết về bệnh này. Theo ông đây là bệnh thuộc hệ thần kinh, bệnh lý rất phức tạp, nên ông sẽ giải thích một cách đơn giản như sau:

“Trong não bộ con người có một khu gọi là CHẤT ĐEN (substantia nigra) có chức năng điều hòa các cử động của những cơ quan trong cơ thể. Để thực hiện chức năng này, các tế bào tại đây có thể phát ra hai loại lệnh đối kháng với nhau: a/ một loại yêu cầu những bắp thịt ở một cơ quan thi hành một động tác nào đó và b/ một loại yêu cầu ngưng động tác này. Ta có thể so sánh hai lệnh này với các lệnh GO và STOP khi ta muốn băng qua đường ở một ngã tư

Khi ta muốn bước đi, các bắp thịt nhận được lệnh nghiêng người về phía trước và đồng thời nhắc chân phải bước về phía trước để giữ thăng bằng. Vào đúng lúc cần thiết, các bắp thịt này sẽ nhận được lệnh ngưng các động tác trên để qua chu kỳ tiếp theo, nhưng lần này đến lượt chân trái. Các lệnh GO và STOP này phải được phối hợp rất chặt chẽ và đúng lúc thì sự đi lại mới bình thường. Nếu lệnh STOP chưa tới chân phải mà chân trái đã nhận được lệnh GO thì thân thể sẽ mất thăng bằng và sẽ bị té ngã.

Các phản ứng sinh-hóa trong khu CHẤT ĐEN xảy ra do sự hiện diện của một chất xúc tác gọi là DOPAMINE do một số tế bào đặc biệt trong khu này tiết ra. Nếu các tế bào này chết dần đi thì chất dopamine không còn đủ để giúp khu điều hành chức năng của nó và kết quả là bệnh nhân bị bệnh Parkinson.

Các triệu chứng của bệnh này rất đa dạng, thông thường là: chân tay run rẩy (tremor), các bắp thịt không còn mềm dẻo (rigidity), cử động chậm chạp (bradikinesia), đi đứng mất thăng bằng (postural instability), nói ngọng nghịu (speech disturbance), ăn uống bị nghẹn (choking), chữ viết nhỏ và xấu như gà bới (micrographia) và nhiều thứ khác nữa. Dĩ nhiên không phải bệnh nhân nào cũng có đủ các triệu chứng này vì mỗi trường hợp một khác. Chẳng hạn tôi có gần hết các triệu chứng kể trên nhưng tay chân tôi lại không bị run như hầu hết các bệnh nhân khác.

Các triệu chứng của bệnh Parkinson đã được biết đến từ thuở xa xưa, nhưng chỉ được coi là riêng biệt, không có liên hệ với nhau. Mãi đến năm 1817, một y sĩ người Anh là ông James Parkinson, sau nhiều năm tìm tòi, đã kết luận trong bài nghiên cứu "An essay on the Shaking Palsy" là những triệu chứng này đều do một căn bệnh duy nhất mà ông gọi là Shaking Palsy. Kết luận của ông đã được công nhận là đúng và từ đó người ta đã dùng tên ông để gọi bệnh này.

Đến năm 1950, một nhà bác học người Thụy Điển là ông Arvid Carlsson, một chuyên gia

nghiên cứu não bộ, đã khám phá ra khu SUBSTANCIA NEGRA, cùng với tác dụng của chất DOPAMINE trong chức năng điều hòa các cử động của các bắp thịt trong cơ thể con người. Khám phá quan trọng này đã cải tiến hoàn toàn việc chữa trị bệnh Parkinson và đã đem lại cho ông giải thưởng Nobel về y học.

Hiện nay chưa có thuốc chữa lành được bệnh Parkinson, mà chỉ có thuốc làm giảm tạm thời các triệu chứng của bệnh. Giải pháp được coi là hữu hiệu nhất cho tới nay là cung cấp cho não bộ một số lượng DOPAMINE nhân tạo để bù đắp số lượng DOPAMINE tự nhiên còn thiếu, hay thay thế hẳn số lượng không còn được khu CHẤT ĐEN sản xuất nữa. Vì chất DOPAMINE nhân tạo này không giữ được lâu trong não bộ ( chỉ khoảng 4-5 tiếng đồng hồ thôi) nên mỗi ngày phải uống 4 hay 5 lần, không được thiếu lần nào.

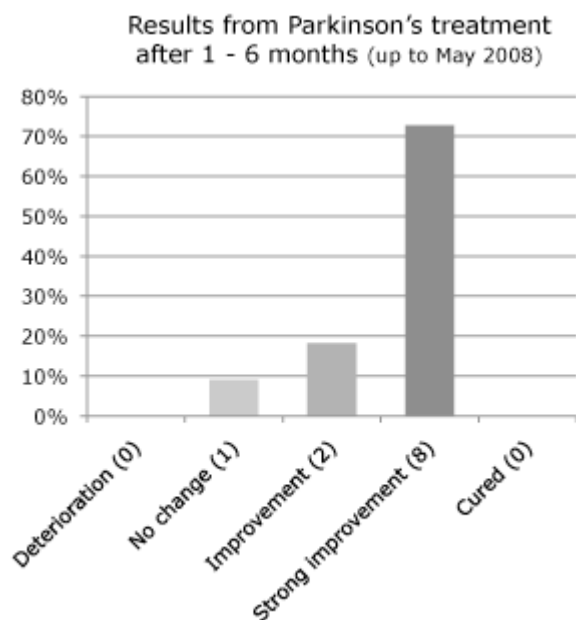
Chất DOPAMINE nhân tạo được gọi là L-DOPA và được phân phối ra thị trường dưới cái tên thương mại SINEMET. Thuốc này trước đây đắt tiền nhưng bây giờ đã được nhiều hãng sản xuất theo dạng generic, giá tương đối rẻ, dưới cái tên CARBIDOPA/LEVODOPA. Liều thuốc mỗi ngày của tôi là 4 viên CARBIDOPA25/LEVODOPA100 uống vào lúc 5g, 9g, 13g và 17g. Ngoài ra, trắc nghiệm về máu cho biết là tôi rất thiếu sinh tố B12. Vì vậy cứ hai ngày tôi lại uống một viên sinh tố B12 250.

Tôi đã theo đúng toa thuốc này được gần 2 năm. Kết quả như sau:

- Khả năng phát ngôn của tôi đã phục hồi được 50%. Tôi đã có thể phát biểu được trong các buổi họp.
- Khoảng cách giữa các lần uống thuốc là 4 tiếng đồng hồ. Sau khi uống thuốc độ nửa giờ, các triệu chứng của bệnh thuyên giảm hẳn, nhưng lại bắt đầu trở lại độ nửa giờ trước lần uống kế tiếp. Như vậy, thuốc chỉ có hiệu quả trong 3 tiếng đồng hồ thôi.

Gần đây tôi cảm thấy hiệu quả của thuốc không kéo dài được 3 tiếng nữa, mà chỉ còn độ 2 tiếng

rưỡi nữa thôi. Tôi báo cho ông bác sĩ biết việc này thì ông trả lời rằng đây là hiện tượng lờn thuốc. Nhược điểm của loại thuốc này là sau một thời gian dùng thuốc, hiệu quả của thuốc sẽ kém đi, và lúc ấy phải tăng liều thuốc Ông nói là tôi dùng liều thuốc này đã được gần 2 năm mà nay mới thấy cần phải tăng liều thì đã tốt hơn nhiều bệnh nhân khác rồi. Ông hẹn tôi tới khám lại và lúc đó nếu thấy cần thì ông sẽ cho tăng liều.



© 2008 Xcell-center.com

Tôi hơi buồn khi nghe tin này và tôi yêu cầu ông thẳng thắn cho tôi biết về tương lai bệnh tình của tôi. Theo ông thì các nhà bác học đang cố gắng tìm thuốc chữa lành bệnh Parkinson nhưng vẫn chưa có kết quả. Vì vậy tôi vẫn phải tiếp tục phương pháp trị liệu hiện nay và tăng liều thuốc khi cần. Khi thuốc đã tăng nhiều lần rồi thì có thể phải xét đến phương pháp giải phẫu.

Thấy tôi không vui, ông an ủi tôi là hiện có nhiều triệu người mắc bệnh Parkinson như tôi và bệnh này không trừ một ai, kể cả những vị lãnh đạo tôn giáo như Giáo Hoàng John Paul II, Mục sư Billy Graham hay các chính trị gia như Mao Trạch Đông, Đặng tiểu Bình. Ông khuyên tôi phải bình thản chấp nhận tình trạng này và tìm mọi cách để kéo dài khả năng tự túc của tôi Cần cho thân thể luôn hoạt động như đi bộ

quanh nhà, tập những môn thể dục nhẹ hợp với sức khỏe của mình. Cố gắng nhìn đời một cách lạc quan để tạo một không khí vui vẻ trong gia đình.

Phải làm thế nào để giảm bớt gánh nặng cho những người thân trong thời gian mình còn sống với họ.

*Baton Rouge, Louisiana, tháng 7 năm 2008.*



## Mừng Tuổi Đầu Năm

Đầu năm thọ thêm một tuổi  
 Cuối năm đời bớt một năm  
 Tuổi đời nào ai biết được  
 Tuổi thọ là do Trời ban

*Lê Khắc Thi*