

# **Giai đoạn giảm liều và dừng điều trị methadone**

# Mục tiêu

- Hiểu nghệ thuật giảm liều methadone và các hỗ trợ bổ sung trước và sau khi dừng điều trị.
- Hiểu cách xử trí với những trường hợp ngưng đột ngột methadone.

# Ảnh hưởng của việc giảm liều ở giai đoạn “kết thúc điều trị”

- Không xuất hiện “*triệu chứng cai CDTP*” trừ khi giảm liều quá nhanh
- Thay vào đó:
  - Cảm giác khó chịu giống như hội chứng tiền kinh nguyệt (trước khi thấy kinh ở phụ nữ)
    - Dễ xúc động
    - Cáu gắt
    - Hung hăng, cáu giận
    - Thiếu sáng suốt
    - Khó tha thứ
    - Kém chịu đựng

# Cách thức giảm liều methadone

- Đánh giá kỹ bệnh nhân đã phù hợp để giảm liều chưa
- Giảm liều thật chậm, theo dõi liên tục và thường xuyên đánh giá lại kế hoạch điều trị.
- Để ý tìm các dấu hiệu của rối loạn tâm lý hoặc trầm cảm
  - Điều trị trầm cảm nếu có
- Hạn chế tối đa sử dụng các loại thuốc khác nếu có thể để tránh tạo dung nạp với tác dụng của các loại thuốc đó
  - Thông thường, nếu thấy cần sử dụng thuốc khác hỗ trợ thì tốc độ giảm liều là quá nhanh
- Linh hoạt trong điều trị – nhấn mạnh khả năng có thể điều trị lại hoặc điều trị ở liều cao hơn

# Giảm liều methadone

- Nên giảm liều từ từ
  - Nguyên tắc: không giảm nhiều hơn 5mg/tháng
  - Khuyến cáo giảm nhiều nhất là 10% của liều sau mỗi 2 tuần
  - Thông thường, chế độ giảm hữu hiệu nhất là 1mg/2 tuần, thỉnh thoảng nên nghỉ (duy trì liều mà không giảm)
- Các triệu chứng cai có thể mạnh nhất khi liều tiến dần xuống 0
  - Nhiều bệnh nhân khi giảm liều đến mức nhất định (thường 10 đến 30mg) sẽ có cảm giác khó chịu tăng dần và buộc phải dùng lại heroin
  - Cần phải tái ổn định ở liều cao hơn nếu xảy ra như vậy
  - Tốc độ giảm liều khoảng 25 mg/năm cho hầu hết bệnh nhân nếu ổn định – có thể hơn nếu bệnh nhân chuyển nơi ở mới

# Các triệu chứng cai

- Xuất hiện một vài ngày sau khi giảm và thường kéo dài khoảng 10 ngày
- Nếu giảm liều theo tuần thì bệnh nhân sẽ không bao giờ cảm thấy ổn định
- Bệnh nhân chỉ cảm thấy ổn định trong một vài ngày nếu mỗi nửa tháng giảm một lần
- Thông thường tốt nhất là mỗi nửa tháng hoặc 1 tháng giảm 1 lần

# LƯU Ý! KHI NGỪNG METHADONE ĐỘT NGỘT

- **Cần tránh bằng mọi giá**

- Không nguy hiểm đến tính mạng trừ khi do sử dụng Naltrexone/naloxone
- Các triệu chứng cai xuất hiện sau khi dừng đột ngột 2 hoặc 3 ngày
- Các triệu chứng này lên cao nhất vào tuần thứ 2 hoặc thứ 3
  - Mất ngủ
  - Bất an, khó chịu
  - Đau lưng
  - Luôn cảm thấy như ‘thiếu một cái gì đó’
  - Khó chịu/ dễ cáu giận
  - Trầm cảm
  - Loạn thần kiểu tâm thần phân liệt

- **Các triệu chứng này có thể kéo dài từ 6 đến 12 tuần**

# CAN THIỆP SAU KHI DỪNG METHADONE

- Rất nhiều nếu không nói là tất cả các hình thức can thiệp truyền thống đều có thể được kết hợp với chương trình điều trị OST
  - Tâm lý xã hội
    - Tư vấn dự phòng tái nghiện
    - Liệu pháp tâm lý
    - Liệu pháp nhận thức hành vi
    - Liệu pháp hỗ trợ/tâm sự
    - Liệu pháp gia đình/các mối quan hệ khác
  - Các nhóm Tự hỗ trợ
  - Cộng đồng trị liệu/điều trị phục hồi tại trung tâm
  - Đào tạo nghề/hỗ trợ việc làm
  - Giáo dục
  - Điều trị thuốc – chống trầm cảm/ thuốc đối kháng
- Và các hỗ trợ pháp lý cần thiết

# Nghiên cứu tình huống

## Bình và An

- Một lần nữa chia học viên theo nhóm 3 hoặc 4 người, một người là bệnh nhân, một người là bác sĩ, và (hai) người kia là người quan sát.
- Mỗi người cần phỏng vấn trong 15 phút để xác định liệu liều methadone thay thế đã đủ chưa, những tác dụng phụ và sự sẵn sàng để giảm methadone.
- Gợi ý các hỗ trợ hoặc các biện pháp can thiệp cần thiết
- Nếu còn thời gian, tiến hành cuộc phỏng vấn 'bệnh nhân' thứ hai với một bác sĩ khác.

## Đóng vai Bình – giảm methadone

- Một thanh niên 32 tuổi, có việc làm, hiện vẫn sống cùng anh trai trong thành phố.
- Tiền sử
- Điều trị methadone 4 năm nay, hiện tại liều dùng là 75mg, tuân thủ điều trị tốt (có lúc bỏ lỡ một tháng/hai tháng một lần do bận quá)
- Đang theo học kế toán buổi tối, tháng tới sẽ thi tốt nghiệp.
- Heroin: đã ngừng dùng kể từ lần sinh nhật của bạn anh cách đây 5 tháng – sau đó hối tiếc vì đã sử dụng – trước đó khoảng một năm thì hoàn toàn không dùng.
- Quyết tâm không gặp lại người bạn của anh nữa cho đến khi anh đó cũng cai heroin hoàn toàn.
- Các loại chất gây nghiện khác: thuốc lá 15 điếu/ngày, benzodiazepine /bia rượu / cần sa: không.

# Bình (tiếp)

- Quan hệ với cha mẹ tốt, họ đang giục anh cưới người bạn gái hiện tại.
- Tham gia làm tại xưởng sắt thép của anh trai – hiện tại quản lý đơn đặt hàng và kế toán. Có bạn gái đã lâu – dự định kết hôn tháng tới, gia đình cô không biết về chuyện methadone nên Bình rất muốn giảm liều methadone càng nhanh càng tốt.
- Tiền sử sức khỏe
- Nhìn chung sức khỏe tốt, không trầm cảm, ngủ ngon, cảm thấy mình khỏe mạnh.
- Mục tiêu điều trị
- Muốn ngừng hẳn methadone, cưới vợ, lấy bằng kế toán và có con.
- Khám thực thể
- Trông khỏe mạnh, sạch sẽ, ăn mặc gọn gàng.

# Đóng vai An – giảm methadone

- Bệnh nhân
- Một công nhân nhà máy in 28 tuổi, hiện vẫn sống với cha mẹ và người vợ mới cưới (cả gia đình đều rất tự hào về An)
- Đến gặp bác sĩ để đánh giá định kỳ điều trị methadone và để hỏi về việc giảm liều methadone – “Khi nào là thời điểm phù hợp?”
- Tiền sử
- Đã điều trị được 3 năm nay, chưa lần nào bỏ liều.
- Sử dụng heroin: Gần 2 năm nay không dùng.
- Các loại chất gây nghiện khác: không – chỉ thỉnh thoảng uống bia cuối tuần, 1 hoặc 2 cốc với bạn bè cùng làm ăn.

# An (tiếp)

- Anh đã tiết kiệm và mua một chiếc xe máy, hiện đang góp vốn làm ăn với bạn mở cửa hàng photocopy. Mới cưới vợ năm ngoái và vợ đang chuẩn bị sinh con đầu lòng (trong vài tuần nữa). Quan hệ giữa hai vợ chồng tốt, chỉ phàn nàn về chuyện thỉnh thoảng An đi chơi đêm với bạn cùng làm ăn và về chuyện vẫn còn phải sống chung với bố mẹ chồng.
- Cần đến khám nha khoa lại vì răng anh đang đau cần điều trị thêm.
- Mục tiêu: Tiết kiệm đủ tiền để chuyển ra sống riêng sau khi vợ sinh con hoặc trong năm sau.
- Khám thực thể
- Nhìn bên ngoài là một thanh niên khỏe mạnh.

# Bình

- Có chỉ định tăng liều không?
- **Ngừng dùng heroin nhưng chưa được 6 tháng**
- Có tác dụng phụ hoặc chống chỉ định giảm liều không?
- **Gần đây có dùng lại heroin, kỳ thi và đám cưới đang đến gần.**
- Liều dùng là bao nhiêu?
- **Vẫn giữ nguyên liều cho đến khi bệnh nhân đã thi cử và cưới vợ xong.**
- Cần hỗ trợ nào khác không?
- **Bệnh nhân được tư vấn xét nghiệm tự nguyện (cùng với vợ) và hỗ trợ để có thể nói với gia đình nhà vợ.**

# An

- Có chỉ định tăng liều không?
- **Trong 2 năm vừa qua đã ngừng không dùng heroin.**
- Có tác dụng phụ hoặc chống chỉ định giảm liều không?
- **Bị đau răng, vợ chuẩn bị sinh (thời điểm nhiều áp lực)**
- Liều dùng là bao nhiêu?
- **Vẫn giữ nguyên liều cho đến khi con của bệnh nhân đã bắt đầu không quấy ban đêm.**
- Cần hỗ trợ nào khác không?
- **Bệnh nhân được tư vấn xét nghiệm tự nguyện (cùng với vợ) và có thể là tư vấn về tài chính.**

# Điều trị lệ thuộc CDTP

Tóm tắt:

- Hiểu nghệ thuật giảm liều methadone và các hình thức hỗ trợ bổ sung.
- Hiểu cách xử trí với các trường hợp giảm đột ngột liều methadone.