

Phản ứng dị ứng nghiêm trọng: Sốc phản vệ

Cập nhật gần nhất: **Tháng 1 năm 2024**

Phản ứng dị ứng xảy ra khi hệ miễn dịch của một người coi một loại protein (chất gây dị ứng) là có hại. Một số trẻ bị dị ứng thực phẩm có nguy cơ gặp phải phản ứng dị ứng nghiêm trọng được gọi là sốc phản vệ. Sốc phản vệ thường xảy ra rất nhanh và có thể gây tử vong nếu không được điều trị.

Các triệu chứng của phản ứng dị ứng nghiêm trọng (sốc phản vệ)

Các triệu chứng của phản ứng dị ứng nghiêm trọng có thể bắt đầu trong vòng vài phút sau khi ăn hoặc tiếp xúc với chất gây dị ứng. Trong một số trường hợp, phản ứng có thể mất đến vài giờ mới bắt đầu. Các triệu chứng có thể thay đổi tùy mỗi người và có thể có biểu hiện khác nhau mỗi khi họ bị phản ứng dị ứng nghiêm trọng. Các triệu chứng thường bao gồm 2 hoặc nhiều hệ cơ quan sau trong cơ thể:

- **Da:** nổi mề đay, sưng tấy (mặt, môi, lưỡi), ngứa, nóng, đỏ, phát ban
- **Hệ hô hấp (thở):** ho, thở khò khè, khó dốc, đau ngực hoặc tức ngực, nghẹn họng, khàn giọng, nghẹt mũi hoặc các triệu chứng giống viêm mũi dị ứng (chảy nước mũi, ngứa mũi và chảy nước mắt, hắt hơi), khó nuốt
- **Hệ tiêu hóa (dạ dày):** buồn nôn/mắc ói, đau hoặc co thắt cơ, nôn/ói mửa, tiêu chảy
- **Hệ tim mạch (tim):** nhợt nhạt hơn màu da bình thường hoặc xanh xao, mạch yếu, ngất xỉu, chóng mặt hoặc choáng váng, sốc
- **Khác:** lo âu, cảm giác thẩn thờm (cảm giác có điều gì đó tồi tệ sắp xảy ra), nhức đầu, co thắt tử cung, nếm thấy vị như kim loại

Ứng phó với phản ứng dị ứng nghiêm trọng

Vì loại phản ứng dị ứng này có thể đe dọa đến tính mạng nên điều quan trọng là phải ứng phó một cách nhanh chóng và làm theo các bước sau cho trường hợp khẩn cấp:

1. **Cho dùng dụng cụ tiêm/chích tự động epinephrine** (ví dụ, EpiPen® hoặc Allerject™) khi có dấu hiệu đầu tiên của phản ứng dị ứng nghiêm trọng đã biết hoặc nghi ngờ
2. **Gọi 9-1-1** hoặc dịch vụ ứng phó cho trường hợp khẩn cấp tại địa phương của bạn. Nói với họ rằng có người đang bị phản ứng dị ứng nghiêm trọng
3. **Cho dùng liều epinephrine thứ hai** sớm nhất là 5 phút sau liều đầu tiên nếu các triệu chứng của họ không cải thiện
4. **Hãy đến bệnh viện gần nhất ngay lập tức** (bằng xe cứu thương nếu có thể) ngay cả khi các triệu chứng ở mức nhẹ hoặc đã hết. Phản ứng có thể trở nên nghiêm trọng hơn hoặc quay trở lại, ngay cả sau khi đã được điều trị đúng cách. Ở lại bệnh viện để theo dõi trong thời gian bác sĩ đề xuất (thường trong khoảng 4 đến 6 giờ)
5. **Gọi cho người liên hệ cho trường hợp khẩn cấp** (ví dụ, cha mẹ hoặc người giám hộ)

Thông tin quan trọng khác về EpiPen®

1. Sản phẩm EpiPen® hết hạn vào ngày cuối cùng của tháng ghi trên bao bì sản phẩm. Ví dụ, nếu sản phẩm được đánh dấu là hết hạn vào tháng 1, thì sản phẩm đó vẫn dùng được (chưa hết hạn sử dụng) cho đến ngày 31 tháng 1
2. Bạn nên có nhiều hơn một dụng cụ tiêm/chích tự động với những hạn sử dụng khác nhau để tránh trường hợp chỉ có một dụng cụ tiêm/chích tự động đã hết hạn sử dụng
3. Nếu bạn đang gặp phải một phản ứng phản vệ và chỉ có ống tiêm/chích tự động đã hết hạn sử dụng, hãy sử dụng sản phẩm đã hết hạn đó và liên hệ ngay với **9-1-1**
4. Dù sản phẩm đã hết hạn sử dụng hay chưa, hãy đến bệnh viện gần nhất càng sớm càng tốt sau khi sử dụng sản phẩm, theo hướng dẫn được ghi trên nhãn sản phẩm

Kiểm soát các tình trạng dị ứng thực phẩm

Thực phẩm có thể là tác nhân gây dị ứng cho nhiều người. Cho dù bạn hay một người bạn chăm sóc bị dị ứng thực phẩm, thì việc lựa chọn thực phẩm đều có thể gây khó khăn. [Tìm hiểu thêm về việc kiểm soát các tình trạng dị ứng thực phẩm.](#)

Các HealthLinkBC Files của chúng tôi cung cấp thông tin về cách nhận biết và ứng phó với những trường hợp dị ứng nghiêm trọng với thực phẩm ở trẻ em và thanh thiếu niên. Bạn cũng sẽ tìm thấy những gợi ý về cách giúp con bạn đảm bảo an toàn:

- [HealthLink BC File #100a Phản ứng dị ứng nghiêm trọng với thực phẩm: Trẻ em và thanh thiếu niên](#)
- [HealthLinkBC File #100c Các cơ sở giữ trẻ an toàn về dị ứng](#)

Để biết thông tin và những nguồn hỗ trợ nhằm giảm nguy cơ dị ứng thực phẩm cho em bé, hãy xem:

- [Giảm nguy cơ dị ứng thực phẩm cho con bạn](#)

Để biết thông tin về các tình trạng dị ứng thực phẩm và người trưởng thành sống trong các cơ sở chăm sóc, hãy xem:

- [HealthLinkBC File #100b Các cơ sở chăm sóc an toàn cho người trưởng thành bị dị ứng](#)

Các trang web hữu ích

Chính quyền B.C.

Chính quyền B.C. cung cấp những nguồn lực để lập kế hoạch nhằm đảm bảo an toàn cho các phản ứng dị ứng nghiêm trọng xảy ra ở trường học. Tìm hiểu về việc nâng cao nhận thức, xây dựng chính sách và lập kế hoạch để đảm bảo an toàn trong trường học.

- [Sốc phản vệ](#)

Cơ quan về Dị ứng Thực phẩm Canada

Cơ quan về Dị ứng Thực phẩm Canada (Food Allergy Canada) nâng cao hiểu biết, hỗ trợ và vận động chính sách vì nhu cầu của những người bị dị ứng thực phẩm. Họ cũng hỗ trợ và tham gia vào các dự án nghiên cứu. Tìm hiểu thêm về dị ứng thực phẩm và sốc phản vệ:

- [Nhận thức về Dị ứng](#)

- [Cơ quan về Dị ứng Thực phẩm Canada: Nguồn hỗ trợ về sốc phản vệ](#)
- [Cơ quan về Dị ứng Thực phẩm Canada: Kế hoạch Cấp cứu khi Xảy ra Sốc phản vệ](#)
- [Cơ quan về Dị ứng Thực phẩm Canada: Thông tin cho trường hợp khẩn cấp](#)
- [Cơ quan về Dị ứng Thực phẩm Canada: Một thực tế mới: được chẩn đoán mắc bệnh dị ứng thực phẩm](#)
- [Áp phích Nghĩ NHANH \(Think F.A.S.T.\)](#)

Bộ Y tế Canada, Chính phủ Canada

Bộ Y tế Canada cung cấp thông tin về cách tránh những phản ứng dị ứng và luôn chuẩn bị sẵn sàng. Để biết thông tin về các tác nhân gây dị ứng thường gặp, hãy xem:

- [Chính phủ Canada: Các tác gây dị ứng thực phẩm thường gặp](#)
- [Chính phủ Canada: Gợi ý để tránh các tác nhân gây dị ứng thường gặp trong thực phẩm](#)

Hiệp hội Dị ứng và Miễn dịch Lâm sàng Canada

Hiệp hội Dị ứng và Miễn dịch Lâm sàng Canada (Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology) hỗ trợ nghiên cứu trong lĩnh vực dị ứng và miễn dịch lâm sàng. Hiệp hội cung cấp thông tin về các tình trạng dị ứng thường gặp mà ảnh hưởng đến học sinh. Bạn sẽ tìm thấy các ví dụ về chính sách và kế hoạch cho trường hợp khẩn cấp để giúp các cá nhân, trường học và tổ chức xây dựng các chiến lược kiểm soát hiệu quả:

- [Nguồn lực cho Bệnh nhân và Trường học](#)

Thông tin được cung cấp trong Bản tin Sức khỏe về Phản ứng Dị ứng Nghiêm trọng được dựa trên tài liệu [Sốc phản vệ ở Trường học và các Môi trường Khác, Bản quyền 2005-2016](#) của Hiệp hội Dị ứng và Miễn dịch Lâm sàng Canada.

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, xin viếng trang mạng www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., xin viếng trang mạng www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi **8-1-1** (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lạng tai, xin gọi **7-1-1**. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.