

Phản ứng Dị ứng Nghiêm trọng (Sốc phản vệ)

Phản ứng dị ứng xảy ra khi hệ thống miễn dịch của một người coi một loại protein (chất gây dị ứng) trong thực phẩm là có hại. Một số trẻ bị dị ứng thực phẩm sẽ có nguy cơ phản ứng dị ứng nghiêm trọng. Phản ứng dị ứng nghiêm trọng rất nguy hiểm. Phản ứng này còn gọi là sốc phản vệ - anaphylaxis (an-nah-fil-axe-is). Sốc phản vệ thường xảy ra rất nhanh và có thể gây tử vong nếu không được chữa trị.

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

Các triệu chứng của phản ứng dị ứng nghiêm trọng, còn gọi là sốc phản vệ, có thể bắt đầu trong vòng vài phút sau khi ăn hoặc tiếp xúc với chất gây dị ứng. Trong một số trường hợp có thể xuất hiện sau vài giờ.

Các triệu chứng có thể khác nhau đối với từng cá nhân. Một người có thể có các triệu chứng khác nhau trong mỗi lần họ có phản ứng dị ứng nghiêm trọng. Phản ứng phản vệ có thể diễn ra mà không có phát ban, vì vậy hãy để ý bất kỳ dấu hiệu nào của phản ứng dị ứng nghiêm trọng. Các triệu chứng của phản ứng dị ứng nghiêm trọng có thể là một trong những triệu chứng sau đây:

- **Da:** nổi mề đay, sưng (mặt, môi, lưỡi), ngứa, nóng, bị đỏ, nổi sài
- **Hô hấp (thở):** ho, thở khò khè, thở gấp, tức hoặc đau thắt ngực, nghẹn họng, khàn giọng, nghẹt mũi hoặc triệu chứng giống như cảm (sổ mũi, ngứa mũi và chảy nước mắt, hắt hơi), khó nuốt
- **Tiêu hóa (bụng):** buồn nôn, đau hoặc đau thắt bụng, nôn mửa, tiêu chảy
- **Tim mạch (tim):** nhợt nhạt/xanh xao hơn màu da bình thường, mạch yếu, ngất, chóng mặt hoặc vág đầu, sốc
- **Triệu chứng khác:** lo lắng, bồn chồn (cảm giác có chuyện xấu sắp xảy ra), đau đầu, co thắt tử cung, vị tanh trong miệng

Ứng phó với phản ứng dị ứng nghiêm trọng

Phản ứng dị ứng nghiêm trọng có thể đe dọa tới tính mạng. Điều quan trọng là phải ứng phó nhanh chóng và làm theo các bước khẩn cấp sau đây:

1. **Dùng thuốc tự tiêm epinephrine** (VD: EpiPen® hoặc Allerject™) khi biết hoặc nghi ngờ có dấu hiệu khởi phát phản ứng dị ứng nghiêm trọng
2. **Gọi 9-1-1** hoặc dịch vụ khẩn cấp tại địa phương. Hãy cho họ biết rằng có người đang có phản ứng dị ứng nghiêm trọng
3. **Thêm liều epinephrine thứ hai** trong vòng 5 phút sau liều đầu tiên nếu các triệu chứng không cải thiện
4. **Đến bệnh viện gần nhất ngay lập tức (bằng xe cứu thương nếu có thể)** ngay cả khi các triệu chứng nhẹ hoặc đã dừng lại. Phản ứng có thể chuyển biến xấu đi hoặc quay trở lại, ngay cả sau khi đã điều trị đúng cách. Hãy nhập viện để theo dõi theo đề nghị của bác sĩ khoa cấp cứu (thường là trong khoảng 4 đến 6 giờ)
5. **Gọi cho người liên lạc khẩn cấp** (VD: phụ huynh, người giám hộ)

Thông tin Quan trọng Khác về EpiPen®

1. Sản phẩm EpiPen® sẽ hết hạn vào ngày cuối cùng của tháng được ghi trên bao bì sản phẩm. Ví dụ: nếu sản phẩm được ghi là hết hạn vào tháng 01, sản phẩm sẽ còn hạn sử dụng (chưa hết hạn) cho đến ngày 31 tháng 01
2. Bạn nên chuẩn bị nhiều hơn một liều thuốc tự tiêm có ngày hết hạn khác nhau để tránh trường hợp liều thuốc duy nhất bị hết hạn
3. Nếu bạn đang gặp phản ứng phản vệ và chỉ có một liều thuốc tự tiêm đã hết hạn, hãy sử dụng sản phẩm đã hết hạn và liên hệ ngay với **9-1-1**
4. Cho dù sản phẩm đã hết hạn hay chưa, hãy đến bệnh viện gần nhất càng sớm càng tốt sau khi sử dụng sản phẩm theo như hướng dẫn ghi trên nhãn sản phẩm

Kiểm soát Các Sự Dị ứng Thực phẩm

Thực phẩm có thể là một chất gây dị ứng cho nhiều người. Cho dù bạn hay người mà bạn chăm sóc bị dị ứng thực phẩm thì việc lựa chọn thực phẩm đều rất khó khăn. Hãy xem [Dị ứng Thực phẩm - Tài liệu Tham khảo](#) của chúng tôi để tìm hiểu về cách lựa chọn thực phẩm lành mạnh cho bạn và gia đình để kiểm soát dị ứng thực phẩm.

Các tài liệu HealthLinkBC Files của chúng tôi cung cấp thông tin về cách nhận biết và ứng phó với các sự dị ứng thực phẩm nghiêm trọng ở trẻ em và thanh thiếu niên. Quý vị cũng sẽ tìm được các mẹo vặt về việc làm thế nào để giúp con quý vị được an toàn:

- [HealthLinkBC File #100a Các Chứng Dị Ứng Nặng với Thực Phẩm ở Trẻ Em và Thanh Thiếu Niên](#)
- [HealthLinkBC File #100c Các Cơ Sở Giữ Trẻ An Toàn về Dị Ứng](#)

Để biết thêm thông tin và các nguồn trợ giúp để giảm thiểu rủi ro khiến con quý vị bị dị ứng thực phẩm, xin xem:

- [Giảm Thiểu Rủi Ro Dị Ứng Thực Phẩm ở Con Quý Vị](#)

Để có thông tin về các sự dị ứng thực phẩm và người lớn sống tại các cơ sở chăm sóc, xin xem:

- [HealthLinkBC File #100b Các Cơ Sở Chăm Sóc Người Lớn An Toàn về Dị Ứng](#)

Các trang mạng hữu ích

Chính phủ BC (BC Government)

Chính phủ BC cung cấp các nguồn tài liệu hỗ trợ để lập kế hoạch an toàn cho các phản ứng dị ứng nghiêm trọng tại trường. Hãy tìm hiểu về việc quảng bá sự ý thức, Isoan thảo chính sách và lập các kế hoạch an toàn tại trường học.

- [Sốc phản vệ \(Anaphylaxis\)](#)

Cơ quan Canada đặc trách về Dị Ứng Thực Phẩm

Cơ quan Canada đặc trách về Dị ứng Thực phẩm sẽ cung cấp thông tin về vấn đề dị ứng nhằm giáo dục, hỗ trợ và đáp ứng nhu cầu của những người sống với sự dị ứng thực phẩm. Họ hỗ trợ và tham gia các

công trình nghiên cứu liên quan đến dị ứng thực phẩm và sốc phản vệ. Để biết thêm thông tin về cách ứng phó với phản ứng dị ứng nghiêm trọng, xin xem:

- [Ý Thức về Sự Dị Ứng](#)
- [Dị ứng Thực phẩm ở Canada: Sốc Phản Vệ](#)
- [Dị ứng Thực phẩm ở Canada: Kế Hoạch Cấp Cứu Khi Bị Sốc Phản Vệ](#)
- [Dị ứng Thực phẩm ở Canada: Điều trị Cấp Cứu Khi Bị Sốc Phản Vệ](#)
- [Trung Tâm Hỗ Trợ Việc Sống Tự Tin Khi Mới Được Chẩn Đoán Bị Dị Ứng Thực Phẩm](#)
- [Nghĩ F.A.S.T... \(NHANH\)](#)
- [Tại Sao Chuốc Lấy Rủi Ro](#)

Bộ Y Tế Canada, Chính phủ Canada

Bộ Y Tế Canada cung cấp thông tin về cách làm thế nào để tránh các phản ứng dị ứng và luôn chuẩn bị sẵn sàng. Để có các nguồn tài liệu về các chất gây dị ứng phổ biến, xin xem:

- [Các Chất Gây Dị Ứng Thực Phẩm Phổ Biến, Chính phủ Canada](#)
- [Các Mẹo Vật để Tránh Các Chất Gây Dị Ứng Thực Phẩm Phổ Biến, Chính phủ Canada](#)

Hiệp Hội Canada về Dị Ứng và Miễn Dịch Học Lâm Sàng (Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology)

Hiệp Hội Canada về Dị Ứng và Miễn Dịch Học Lâm Sàng hỗ trợ công tác nghiên cứu dị ứng và miễn dịch học lâm sàng. Hội cung cấp thông tin về các sự dị ứng phổ biến ảnh hưởng đến học sinh tại các trường. Quý vị sẽ tìm được mẫu của các chính sách và các kế hoạch ứng phó khi khẩn cấp để giúp cá nhân, nhà trường và các tổ chức lập ra các chiến lược quản lý hiệu quả:

- [Sốc Phản Vệ tại Trường Học và tại Các Cơ Sở Khác](#)

Duyệt lại lần cuối: 21 tháng Mười Hai, 2018

Thông tin được cung cấp trong mục Tiêu điểm Y tế về Phản ứng Dị ứng Nghiêm trọng được chuyển thể từ tài liệu [Sốc Phản Vệ ở Trường Học và Tại Các Cơ Sở Khác, Bản quyền 2005-2016](#) của Hiệp Hội về Dị Ứng và Miễn Dịch Học Lâm Sàng Canada.

Thông tin về thuốc Epipen® được chuyển thể từ tài liệu [Cập nhật Thông tin – Việc thiếu hụt các ống thuốc tự chích Epipen \(0.3 mg\) và Epipen Jr \(0.15 mg\) tại Canada, Chính phủ Canada](#), tiếp cận để xem ngày 12 tháng Mười Hai, 2018.

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, xin viếng trang mạng www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 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 lãng tai, xin gọi **7-1-1**. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.