



03 MẮT CHỦ ĐỘNG ĐẠI TIỆN

MẮT CHỦ ĐỘNG ĐẠI TIỆN LÀ GÌ?

Người bị chứng mất chủ động đại tiện có khi bất ngờ đi đại tiện không đúng lúc hay đúng chỗ. Họ cũng có thể thả trung tiện (đánh rắm) ngoài ý muốn.

MẮT CHỦ ĐỘNG ĐẠI TIỆN CÓ THƯỜNG XẢY RA HAY KHÔNG?

Cứ trong 20 người thì có khoảng một người bị chứng mất chủ động đại tiện. Cả nam lẫn nữ đều có thể bị chứng mất chủ động đại tiện. Khi người ta lớn tuổi dần, vấn đề này thường dễ xảy ra hơn, nhưng cũng có rất nhiều người trẻ tuổi vẫn bị mất chủ động đại tiện như thường.

Nhiều người bị mất chủ động đại tiện cũng bị mất chủ động tiểu tiện (tiểu ra quần).

NGUYÊN NHÂN NÀO GÂY RA CHỨNG MẮT CHỦ ĐỘNG ĐẠI TIỆN?

Các cơ bị yếu

Các cơ trực tràng yếu có thể là do:

- sinh nở;
- lớn tuổi dần;
- một số trường hợp phẫu thuật – như cắt trĩ; hay
- xạ trị.

Tiêu chảy nặng

Đi tiêu chảy có nghĩa là đi tiêu ra phân lỏng. Tiêu chảy có nhiều nguyên nhân gây ra và quý vị nên đi gặp bác sĩ để xem có thể được điều trị như thế nào.

Táo bón

Táo bón là nguyên nhân rất thông thường của trường hợp đại tiện ra quần ở người lớn tuổi hoặc người khuyết tật. Đôi khi phân bị tắc ở phần cuối ruột già và chất lỏng có thể rỉ qua khối phân bị tắc, làm cho người ta tưởng như đại tiện ra quần.

QUÝ VỊ NÊN LÀM GÌ ĐỐI VỚI CHỨNG MẮT CHỦ ĐỘNG ĐẠI TIỆN?

Mắt chủ động đại tiện có nhiều nguyên nhân, do đó, chúng ta cần phải kiểm tra kỹ để tìm ra nguyên nhân và những điều có thể làm cho vấn đề này nặng hơn.

Nếu thường hay bị đi đại tiện ra quần, trước tiên quý vị nên nói chuyện với bác sĩ. Quý vị cũng nên báo cho bác sĩ biết nếu quý vị bị những điều sau đây:

- thói quen đi đại tiện bình thường bị thay đổi;
- bị đau ở hậu môn hoặc ra máu từ hậu môn;
- có cảm giác không bao giờ đi đại tiện hết trọn vẹn;
- phân sậm màu hay phân đen; hoặc
- sụt cân mà quý vị không rõ nguyên do.

Bác sĩ của quý vị có thể:

- hỏi quý vị một vài câu hỏi;
- khám các cơ sàn chậu (nếu quý vị ưng thuận);
- yêu cầu quý vị ghi một giản đồ thói quen đại tiện và những thức ăn và thức uống quý vị tiêu thụ trong một thời gian; hoặc
- gởi quý vị đi làm siêu âm để kiểm tra các cơ sàn chậu.

MẮT CHỦ ĐỘNG ĐẠI TIỆN CÓ THỂ ĐƯỢC CHỮA TRỊ BẰNG CÁCH NÀO?

Vì việc bị mắt chủ động đại tiện là dấu hiệu báo động và không phải là bệnh, cho nên việc chữa trị thích hợp nhất sẽ tùy thuộc nguyên nhân gây ra vấn đề.

Việc chữa trị có thể gồm có:

- kiểm tra lại thuốc men quý vị đang uống;
- uống thuốc để làm cho phân cứng hơn hoặc làm cho việc đại tiện trở nên bình thường;
- chữa trị táo bón nếu nguyên nhân là do bị táo bón;
- tập luyện cơ sàn chậu để giúp làm cho chúng mạnh thêm. Các cơ ở xung quanh trực tràng thuộc về các cơ sàn chậu;
- nhờ chuyên viên vật lý trị liệu hoặc y tá về chứng mắt chủ động đại tiểu tiện chuyên về các vấn đề cơ sàn chậu điều trị. Cách này cũng có thể cần sử dụng thiết bị để tập luyện các cơ sàn chậu; hoặc
- đến gặp bác sĩ giải phẫu hoặc bác sĩ chuyên khoa nếu bác sĩ của quý vị gởi quý vị đi.



ĐỐI VỚI NGƯỜI BỊ SA SÚT TRÍ TUỆ HOẶC LẦN TRÍ

Người bị sa sút trí tuệ hoặc lẫn trí có thể không cảm thấy hoặc biết họ cần phải đi đại tiện. Tình trạng này có thể dẫn tới chuyện đi đại tiện ra quần. Thời điểm hay xảy ra vấn đề này là ngay sau bữa ăn, thường là sau bữa ăn sáng.

Đề ý thói quen đại tiện của người bệnh trong một khoảng thời gian có thể giúp chúng ta thấy kiểu dạng thói quen đại tiện của họ. Đồng thời, nhờ để ý đến cách họ hành động, chúng ta có thể biết khi nào họ sẽ đi đại tiện. Nhờ vậy người bệnh có thể được dẫn đi đại tiện kịp thời.

NHỜ GIÚP ĐỠ

Nếu quý vị không làm gì hết, vấn đề sẽ không tự khỏi và có thể chuyển nặng thêm.

Mỗi trường hợp mất chủ động tiểu hay đại tiện bất kể nặng nhẹ đều cần phải được lưu ý. Hầu như bao giờ cũng có cách nào đó để điều trị chứng này.

Hãy gọi cho Cố Vấn Chuyên Ngành trên Đường Dây Trợ Giúp Chứng Mất Chủ Động Đại Tiểu Tiễn Toàn Quốc để được giúp đỡ miễn phí những điều dưới đây:

- thông tin;
- hướng dẫn; và
- tờ thông tin.

Qua số ĐIỆN THOẠI MIỄN PHÍ* 1800 33 00 66 (8g sáng đến 8g tối Thứ Hai đến Thứ Sáu), hoặc

Vào trang mạng này: www.bladderbowel.gov.au

Đường Dây Trợ Giúp được tài trợ bởi Chương Trình Quốc Gia Quản Trị Chứng Mất Chủ Động Đại Tiểu Tiễn của Chính Phủ Liên Bang và Tổ Chức Chuyên Về Chứng Mất Chủ Động Đại Tiểu Tiễn Úc Châu quản lý.

* Gọi bằng điện thoại di động sẽ bị tính theo giá biểu điện thoại di động.

