

Người bị vẩy nến cần lưu ý gì khi sử dụng thuốc bôi kéo dài?

15:00 03/09/2026

Thuốc bôi giúp giảm nhanh tình trạng đỏ da, ngứa và bong vảy nên được nhiều người mắc vẩy nến sử dụng trong thời gian dài. Tuy nhiên, nếu dùng không đúng loại, sai liều hoặc tự ý kéo dài thời gian sử dụng, người bệnh có thể gặp tác dụng không mong muốn và khiến việc kiểm soát bệnh trở nên khó khăn hơn.

Thuốc bôi có vai trò gì trong điều trị vẩy nến?

Vẩy nến là bệnh viêm da mạn tính liên quan đến rối loạn hoạt động của hệ miễn dịch. Bệnh thường biểu hiện bằng các mảng đỏ, bề mặt phủ vảy trắng bạc, kèm theo ngứa, khô da hoặc đau rát.

Với những trường hợp tổn thương khu trú, thuốc bôi thường là một trong những phương pháp được sử dụng đầu tiên. Tùy mức độ bệnh, bác sĩ có thể chỉ định corticosteroid bôi ngoài da, dẫn xuất vitamin D, thuốc ức chế calcineurin hoặc các chế phẩm hỗ trợ làm mềm và bong lớp vảy.

Ưu điểm của thuốc bôi là tác động trực tiếp tại vùng da tổn thương, giúp giảm viêm, giảm ngứa và cải thiện mảng vảy tương đối nhanh. Tuy nhiên, hiệu quả tốt không đồng nghĩa với việc người bệnh có thể tự sử dụng kéo dài mà không cần theo dõi.



Thuốc bôi giúp kiểm soát nhanh tổn thương vảy nến nhưng cần sử dụng đúng loại và đúng thời gian

Vì sao không nên tự ý dùng thuốc bôi kéo dài?

Một trong những sai lầm thường gặp là khi thấy thuốc bôi có tác dụng nhanh, người bệnh tiếp tục sử dụng mỗi ngày trong nhiều tuần hoặc nhiều tháng mà không tái khám. Đặc biệt với nhóm corticosteroid, nếu sử dụng kéo dài hoặc dùng loại có hoạt lực mạnh trên vùng da mỏng, người bệnh có thể gặp tình trạng teo da, giãn mạch, rạn da hoặc thay đổi sắc tố. Da cũng có thể trở nên nhạy cảm hơn và dễ tổn thương khi cọ xát.

Ở một số vị trí đặc biệt như mắt, vùng nếp gấp hoặc quanh mắt, nguy cơ tác dụng không mong muốn còn cao hơn. Chính vì vậy, loại thuốc, nồng độ và thời gian sử dụng cần được lựa chọn phù hợp với từng vùng da.

Ngoài ra, việc dùng thuốc bôi không đúng cách còn dễ tạo tâm lý “phụ thuộc”. Khi thấy tổn thương giảm, người bệnh tự ngừng; đến lúc bệnh tái phát lại bôi trở lại với lượng nhiều hơn hoặc thuốc mạnh hơn. Chu kỳ này lặp đi lặp lại có thể khiến việc kiểm soát bệnh về lâu dài trở nên khó khăn.



Tự ý tăng liều hoặc kéo dài thời gian dùng thuốc bôi có thể làm tăng nguy cơ tác dụng không mong muốn

Làm thế nào để sử dụng thuốc bôi an toàn hơn?

Trước hết, người bệnh nên sử dụng đúng loại thuốc và thời gian mà bác sĩ đã hướng dẫn. Không nên vì muốn tổn thương biến mất nhanh hơn mà tự ý tăng lượng thuốc hoặc tăng số lần bôi trong ngày.

Trước khi bôi, vùng da cần được làm sạch nhẹ nhàng, tránh kỳ cọ hoặc bóc lớp vảy mạnh vì có thể khiến da tổn thương thêm. Với người có làn da khô, việc sử dụng kem dưỡng ẩm phù hợp cũng rất quan trọng vì giúp phục hồi hàng rào bảo vệ da và hạn chế nứt nẻ.

Bên cạnh đó, nếu bệnh đã ổn định, người bệnh vẫn nên tái khám theo lịch thay vì chỉ quay lại bác sĩ khi tổn thương bùng phát mạnh. Việc theo dõi định kỳ giúp phát hiện sớm các tác dụng không mong muốn và điều chỉnh phác đồ kịp thời.



Tái khám định kỳ giúp đánh giá hiệu quả và hạn chế nguy cơ dùng thuốc bôi vẩy nến không phù hợp

Kiểm soát vẩy nến lâu dài không nên chỉ phụ thuộc vào thuốc bôi ngoài da

Một lý do khiến nhiều người phải sử dụng thuốc bôi lặp đi lặp lại là chỉ tập trung vào biểu hiện ngoài da mà chưa chú ý đến cơ chế miễn dịch bên trong.

Ở người mắc vẩy nến, một số tế bào miễn dịch hoạt động bất thường có thể kích hoạt phản ứng viêm và thúc đẩy tế bào da tăng sinh nhanh. Khi tình trạng mất cân bằng này vẫn tồn tại, chỉ cần gặp các yếu tố như stress, nhiễm trùng, thiếu ngủ hoặc thời tiết thay đổi, bệnh có thể bùng phát trở lại.

Vì vậy, bên cạnh việc xử lý tổn thương ngoài da, nhiều nghiên cứu hiện nay cũng quan tâm đến các giải pháp hỗ trợ điều hòa miễn dịch trong bệnh tự miễn

Trong đó, Sói rừng là dược liệu được chú ý nhờ khả năng tác động vào cơ chế điều hòa “hệ thống an ninh” miễn dịch. Thảo dược này được nghiên cứu theo hướng góp phần ức chế hoạt động quá mức của các tế bào miễn dịch gây viêm, đồng thời hỗ trợ duy trì hoạt động của các tế bào miễn dịch khỏe mạnh. Nhờ đó, phản ứng viêm trên da có thể được kiểm soát tốt hơn, góp phần giảm đỏ da, giảm bong vẩy và hỗ trợ kéo dài thời gian lui bệnh. Nhờ đó người bệnh tránh bị lệ thuộc vào thuốc bôi ngoài da chỉ cho tác dụng giảm triệu chứng tạm thời.

Bên cạnh Sói rừng, các thành phần như Nhàu, Bạch thược, Hoàng bá, Thổ phục linh hay Nhũ hương cũng được quan tâm nhờ khả năng hỗ trợ chống oxy hóa,

giảm viêm và phục hồi vùng da tổn thương.



Sói rừng giúp điều hòa miễn dịch từ bên trong, giúp kiểm soát vảy nến lâu dài

Thuốc bôi vẫn giữ vai trò quan trọng trong kiểm soát vảy nến, đặc biệt ở những trường hợp tổn thương khu trú. Tuy nhiên, việc sử dụng kéo dài cần có hướng dẫn và theo dõi của bác sĩ để hạn chế tác dụng không mong muốn.

Quan trọng hơn, người bệnh không nên coi thuốc bôi là giải pháp duy nhất. Kết hợp điều trị đúng hướng với dưỡng ẩm, hạn chế stress, ngủ đủ giấc, kiểm soát các yếu tố kích hoạt và hỗ trợ điều hòa hoạt động miễn dịch sẽ giúp kiểm soát bệnh toàn diện hơn.

Thu Kiều

Thực phẩm bảo vệ sức khỏe Kim Miễn Khang - Dùng cho người bị bệnh tự miễn như lupus ban đỏ, vẩy nến, bạch biến



Thực phẩm bảo vệ sức khỏe Kim Miễn Khang có thành phần bao gồm: Cao Nhàu, Cao Sói rừng, Cao Bạch thược, Cao Hoàng bá, Cao Thổ phục linh, L-Carnitine fumarate, Chiết xuất Nhũ Hương, Boron.

Công dụng:

- Hỗ trợ tăng cường miễn dịch trong các bệnh tự miễn.
- Hỗ trợ làm giảm nguy cơ tiến triển các triệu chứng của bệnh tự miễn.

Đối tượng sử dụng: Người bị bệnh tự miễn như lupus ban đỏ, bệnh bạch biến, bệnh vẩy nến.

Hướng dẫn sử dụng:

- Ngày dùng 2 lần, mỗi lần 4 - 5 viên.
- Uống trước ăn 30 phút hoặc sau khi ăn 1 giờ.
- Nên dùng 1 đợt liên tục từ 3 - 6 tháng.