



Rửa mũi có lợi trong COVID-19?

Lược dịch từ: “Is Nasal Irrigation Beneficial in COVID-19?”

JAMA Otolaryngology-Head and Neck Surgery, online July 23, 2020

Các nghiên cứu mới được tiến hành có thể làm sáng tỏ hơn về tác dụng bảo vệ và điều trị của việc rửa mũi đối với COVID-19.

*Các tác giả ở Đại học Y khoa Washington (Mỹ) đã nghiên cứu tác dụng của rửa mũi bằng nước muối sinh lý và các biện pháp điều trị hỗ trợ đối với các bệnh viêm đường hô hấp trên do vi rút. Vi rút gây rối loạn chức năng các lông chuyển và tạo chất nhầy do phản ứng viêm.

Nước rửa mũi có tác dụng phá vỡ về mặt vật lý lớp bề mặt nhớt, loại bỏ chất nhầy và các chất dạng hạt; đồng thời gia tăng sự hydrat hóa của lớp nước ở sâu, do đó cải thiện tần số đập của lông chuyển và giảm các chất trung gian gây viêm tại chỗ. Những tác dụng này có lợi với bệnh nhân bị nhiễm trùng đường hô hấp do vi rút. Độ trương lực tốt nhất của nước muối rửa mũi cũng như lợi ích của việc thêm steroid vào nước muối vẫn chưa rõ ràng. Betadine và các dẫn xuất iốt khác đã được chứng minh là làm giảm mức coronavirus trong ống nghiệm, nhưng vẫn chưa rõ chúng có thể làm giảm sự lây truyền virus trong cơ thể sống hay không.

Nguy cơ tiềm ẩn khi rửa mũi cũng nên được tính đến, bao gồm khả năng việc rửa mũi có thể làm tăng sự phát tán của vi rút và chai xịt rửa mũi có thể là vật trung gian truyền bệnh.

Lưu ý: Bệnh nhân nên thực hành rửa tay thường xuyên, khử trùng các bề mặt xung quanh và chai xịt rửa mũi để ngăn ngừa nhiễm trùng về sau. Do tính an toàn của các liệu pháp này, nên khuyến khích việc rửa mũi bằng nước muối ưu trương cho bệnh nhân và nhân viên y tế. Đối với những bệnh nhân bị viêm mũi xoang mạn tính, nên tiếp tục sử dụng xịt steroid.

*Theo Tiến sĩ David King của Đại học Queensland (Úc), lợi ích của rửa mũi bằng nước muối sinh lý trong việc ngăn ngừa và điều trị COVID-19 vẫn chưa được xác định, nhưng việc sử dụng rất đáng cân nhắc vì nó an toàn, rẻ tiền và đã chứng minh được lợi ích trong việc điều trị viêm mũi do vi rút và dị ứng. Rửa mũi giúp giảm nguy cơ và thời gian nhiễm trùng. Tuy nhiên, cần có các biện pháp kiểm soát rộng hơn bao gồm các can thiệp về hành vi và thuốc.

Không có chống chỉ định đáng kể nào đối với việc xịt nước muối sinh lý, nhưng những tác dụng phụ nhỏ, đặc biệt là cảm giác nóng và châm chích ở mũi, có thể làm hạn chế việc sử dụng ở một số người.

*Tiến sĩ Rakesh K. Chandra thuộc Trung tâm Y tế Đại học Vanderbilt (Mỹ), quyết định sử dụng nước muối rửa mũi trong điều trị viêm mũi xoang mạn tính và bệnh nhân mắc COVID-19 nên dựa trên sự cân nhắc giữa nguy cơ và tác hại. Với các biện pháp phòng ngừa thích hợp (nước cất, làm sạch chai xịt rửa mũi và các bề mặt xung quanh), việc rửa mũi mang lại hiệu quả điều trị mà ít gây rủi ro.

Về mặt giả thuyết, súc miệng bằng i-ốt có thể làm giảm nguy cơ lây lan vi-rút vì bất kỳ giọt nhỏ nào cũng có i-ốt. Dung dịch xà phòng loãng có thể có vai trò đối với chất hoạt động bề mặt do làm phá vỡ lớp vỏ protein của vi rút.

***Kết luận:**

Rửa mũi có thể làm giảm các triệu chứng và giảm sự lây truyền SARS-CoV-2 ở bệnh nhân mắc COVID-19.

