

Trải nghiệm cai nghiện bằng Methadone: Lợi ích, thách thức và ước vọng

Nguyễn Lê Hoài Anh

Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

Trịnh Minh Phương, Lê Mai Phương

Trung tâm Nghiên cứu Phát triển Y tế Cộng đồng

Nguyễn Tiến Dũng

Trung tâm Nghiên cứu và Tư vấn Phát triển Cộng đồng Thăng Long

Lùng Bích Ngọc

Trung tâm Nghiên cứu và Đào tạo HIV/AIDS, Trường Đại học Y Hà Nội

Tóm tắt: Dựa trên dữ liệu điển dã dân tộc học về giảm hại - Methadone do trường Đại học Y và Trung tâm nghiên cứu Phát triển Y tế cộng đồng (CCRD) thực hiện tại 2 quận Lê Chân và Ngô Quyền, thành phố Hải Phòng năm 2009, bài viết tìm hiểu những trải nghiệm của những người cai nghiện trong quá trình tham gia vào Chương trình điều trị Methadone được triển khai tại Việt Nam năm 2008. Kết quả nghiên cứu cho thấy mặc dù còn tồn tại một số hạn chế trong quá trình điều trị, nhưng những người cai nghiện bằng Methadone đã thể hiện sự hài lòng về tình trạng sức khỏe tốt hơn, họ cũng giành lại được niềm tin của gia đình, bạn bè, cộng đồng và có nhiều hy vọng vào việc từ bỏ được ma túy. Nghiên cứu này cho rằng để Chương trình Methadone đạt hiệu quả, cần coi trọng quyền tự quyết của người điều trị Methadone và giải quyết được những khó khăn, thách thức nảy sinh trong quá trình cai nghiện bằng Methadone.

Từ khóa: Methadone; Điều trị Methadone; Ma túy; HIV/AIDS.

1. Mở đầu

Tại Việt Nam, dịch HIV/AIDS vẫn tập trung chủ yếu trong một số nhóm hành vi nguy cơ cao trong đó nhóm nghiện chích ma túy chiếm chủ yếu với tỷ lệ nhiễm HIV là 28,61% (Nguyễn Văn Kính, 2004:9). Từ năm 1998, chính phủ đã có các văn bản luật, chính sách, trong đó cai nghiện ma túy cho nhóm nghiện là một trong những trọng tâm, nhằm ứng phó với các đại dịch HIV. Chương trình hành động quốc gia về HIV năm 2010 và tầm nhìn 2020 bao gồm 9 chương trình hành động, trong đó chương trình hành động số 2 tập trung vào các hoạt động can thiệp giảm hại trong lây nhiễm HIV. Bên cạnh các chương trình giảm hại như phát bơm kim tiêm miễn phí đã được áp dụng từ trước, Việt Nam đã bước đầu đưa vào sử dụng thử nghiệm chất cai nghiện thay thế Methadone. Được sử dụng lần đầu tiên tại Mỹ với mục đích cai nghiện, hiện nay, Methadone đã được sử dụng rộng rãi tại nhiều quốc gia trên thế giới. Tại Việt Nam, Chương trình Methadone được triển khai đầu tiên tại Hải Phòng vào tháng 4 năm 2008 và tại thành phố Hồ Chí Minh vào tháng 5 năm 2008.

Cho tới nay, có khá nhiều chương trình đánh giá hiệu quả các Chương trình cai nghiện bằng chất thay thế Methadone sau một thời gian thử nghiệm. Tuy nhiên, còn khá ít các nghiên cứu đánh giá chương trình điều trị Methadone từ góc độ của người điều trị Methadone. Bài viết này tập trung phân tích những trải nghiệm của người cai nghiện trong suốt quá trình điều trị và từ những trải nghiệm của những người “trong cuộc”, mong muốn nhằm góp phần cải thiện các chương trình điều trị Methadone trong thời gian tới khi chương trình này đang có kế hoạch nhân rộng ra toàn bộ các tỉnh thành khác trong cả nước. Nghiên cứu nhằm trả lời hai câu hỏi sau: i) Trải nghiệm của người điều trị Methadone? ii) Những người điều trị Methadone gặp những thách thức như thế nào trong quá trình thực hiện?

2. Phương pháp

Với sự cho phép của STAR, nghiên cứu của chúng tôi sử dụng dữ liệu từ nghiên cứu điển dã dân tộc học về giảm hại - Methadone do trường Đại học Y và CCRD thực hiện tại quận Lê Chân và quận Ngô Quyền, thành phố Hải Phòng từ tháng 2 đến tháng 9 năm 2009. Đối tượng nghiên cứu là người điều trị Methadone; gia đình người sử dụng Methadone và người sử dụng heroin được tuyển chọn khi các nghiên cứu viên điển dã tại các phòng khám, các quán nước xung quanh cơ sở điều trị, các điểm nóng về ma túy và qua giới thiệu.

Dữ liệu gồm 33 giải băng phỏng vấn sâu và 13 nhật ký thực địa, cụ thể như sau: Phỏng vấn lịch sử đời sống: 3 lần với 9 người điều trị Methadone (trải nghiệm cai nghiện tại các trung tâm cai nghiện và chương trình Methadone) và 2 lần với 2 người nghiện ma túy (trải nghiệm cai nghiện tại các trung tâm). 6 phỏng vấn sâu với gia đình người sử dụng Methadone và 13 nhật ký thực địa (NKTĐ) của 2 nghiên cứu viên tại phòng khám quân Lê Chân và 1 nghiên cứu viên tại phòng khám quận Ngô Quyền, với những quan sát, cảm nhận, suy nghĩ riêng của nhà nghiên cứu về những hoạt động diễn ra tại cơ sở điều trị, những câu chuyện ngoài quán nước: những trao đổi về Methadone, những mối quan hệ xã hội, thái độ, hành vi của người điều trị.

3. Kết quả

3.1. Quy trình tham gia vào chương trình điều trị Methadone

Hầu hết người tham gia điều trị Methadone đều trong độ tuổi từ 30-40 tuổi và có thời gian nghiện ma túy nhiều năm. Nam chiếm đa số, hầu hết chưa có gia đình và không có việc làm. Các thông tin mà người điều trị Methadone tiếp nhận đều không "chính thức", mà chủ yếu thông qua thành viên gia đình, bạn bè, cán bộ y tế (quen biết với gia đình) và là những người nhận được thông tin qua các mối quan hệ xã hội của bản thân họ. Chính vì vậy, các thông tin mà những người nghiện ma túy nhận được là chưa đầy đủ và thiếu chính xác, tuy nhiên các thông tin này cũng giúp họ biết về Methadone, tác dụng chính, tác dụng phụ và hiệu quả đã được biết đến. Những thông tin này tạo cho người nghiện thêm tin tưởng, đặc biệt là đối với những người nhận thông tin từ bạn bè nghiện đã sử dụng Methadone để từ đó cảm thấy yên tâm, mong muốn tham gia vào chương trình.

Để tham gia vào chương trình điều trị Methadone, người nghiện cần phải đáp ứng được một số tiêu chí nhất định gồm có: tuổi từ 18 trở lên, đối với người từ 16-18 tuổi phải có người giám hộ hợp pháp của người đó tự nguyện và cam kết bằng văn bản về tuân thủ điều trị nghiện các các dạng thuốc phiện (CDTP) bằng thuốc Methadone, không có hành vi vi phạm pháp luật, đủ sức khỏe, không mắc bệnh mãn tính. Bên cạnh các tiêu chí chung, các đối tượng sẽ được ưu tiên tham gia chương trình nếu đáp ứng được các tiêu chí riêng như sử dụng chất dạng thuốc phiện bằng đường tiêm chích, nghiện ít nhất 3 năm, cai bằng nhiều lần nhưng vẫn tái nghiện.

Người điều trị Methadone được quyết định chính trong việc tham gia điều trị tại trung tâm. Tuy nhiên, người nhà, đặc biệt là người mẹ, lại chính là người tham gia việc hoàn thiện hồ sơ đăng ký tham gia chương trình.

Các thủ tục đăng ký tham gia gồm có xác nhận của phường, trạm y tế, đơn cam kết của gia đình, đơn tự nguyện tham gia chương trình. Đa số nhận xét thời gian xét duyệt hồ sơ dài và kéo dài khoảng 1-2 tháng trước khi người nghiện được gọi lên phòng vấn đề quyết định tham gia chương trình. Điều này khiến cho người tham gia cảm thấy chán nản. *“Lâu lắm, em cảm tưởng phải đến 2- 3 tháng gì đấy. Em cảm tưởng thời gian đi lâu, mẹ em đăng kí, đăng kí lâu lắm rồi thế nhưng vào gặp bao nhiêu lần mà không được. Ngày nào cũng đi, mà ngày nào hai mẹ con cũng diện thoại rêu rắt thế mà cũng không được. Em nghĩ làm sao mà thuốc này khó khăn đến mức độ vào khó thế... Cứ thế lắm lúc em nghĩ em cũng nản thật nhưng em không dám nói ra vì sợ nói ra anh ấy còn nản quá”* (Vợ người điều trị Methadone).

3.2. Trải nghiệm của người nghiện về những lợi ích của Chương trình Methadone

Cảm xúc phổ biến nhất mà đa số những người tham gia chương trình điều trị Methadone trải qua đó chính là họ cảm thấy Methadone đã có những tác động, ảnh hưởng rất lớn tới cuộc sống của họ *“Anh có nói, thực ra theo quan điểm của đa số những người ở đây như anh thì anh thấy methadone có tác động rất lớn đến cuộc đời những người như các anh”* (Trích NKTĐ). Một số người cho biết sự thay đổi của bản thân khi được chấp nhận cho điều trị Methadone được ví như *“bước vào cuộc sống mới”* và *“thay đổi hoàn toàn”* (Trích NKTĐ).

Thay đổi bản thân và mối quan hệ với gia đình

Trải nghiệm rõ ràng nhất, điều khiến người điều trị Methadone cảm thấy hài lòng nhất là Methadone đã tạo ra thay đổi, đem lại lợi ích cho chính bản thân và gia đình họ. Trước hết, người nghiện đã giảm và ngừng sử dụng heroin một cách từ từ, nhẹ nhàng, không phải trải qua trạng thái vấp vả của hội chứng cai. Với những người mới bắt đầu điều trị Methadone thì họ vẫn sử dụng đồng thời heroin. Tuy nhiên chỉ sau thời gian ngắn họ đã giảm liều và ngừng hẳn việc sử dụng heroin: *“Đến khi đạt đến liều 30mg thì anh chỉ hít 2 lần/ngày thay vì 3 lần như trước, đến 70 mg thì anh chỉ dùng 1 tuần 1-2 lần heroin và khi đạt 120 mg anh đã không còn dùng heroin nữa, từ sau khoảng 2 tháng sau khi dùng Methadone, anh không còn dùng lại heroin, anh bắt đầu uống Methadone đến giờ đã được gần 1 năm”* (Trích NKTĐ). Tất cả những người được tham gia vào chương trình Methadone đều đã trải qua rất nhiều lần cai nghiện khác nhau như tự cai ở gia đình, cai có bác sỹ hỗ trợ tại nhà, cai ở trung tâm đến vài chục

lần... họ cũng đã giảm và ngừng sử dụng trong một thời gian, ít thì một tuần, nhiều thì 2 năm nhưng kết quả cuối cùng họ đều tái nghiện. Methadone cũng giống với các hình thức cai nghiện khác là nhằm để người nghiện từ bỏ việc sử dụng heroin, nhưng khác với những hình thức cai nghiện khác là không sử dụng heroin, còn Methadone vẫn phải sử dụng một loại thuốc thay thế cho heroin nhưng ít tác hại hơn heroin và có sự kiểm soát chặt chẽ về mặt y tế. Hơn nữa, cai bằng Methadone, người nghiện không phải trải qua những hội chứng cai hết sức khó sở, vật vã mà vốn là nỗi ám ảnh, sợ hãi và là một trong những rào cản mà họ khó vượt qua. Và trải nghiệm đầu tiên của họ đó là cảm thấy thoải mái và yên tâm, hy vọng vào khả năng họ có thể cai nghiện thành công.

Thứ hai, với những người tiêm chích ma túy, dùng Methadone đã giúp họ giảm nguy cơ lây nhiễm HIV- một hiểm họa nhãn tiền mà ai cũng biết. Và cũng nhờ đó họ có thể giảm nguy cơ tử vong do tiêm chích quá liều, bởi liều lượng thuốc Methadone được sử dụng tùy thuộc vào đặc điểm riêng của mỗi người tham gia điều trị, đồng thời còn có sự tư vấn, khám và kiểm tra của bác sỹ phòng khám để đảm bảo sự chuẩn xác trong từng liều thuốc.

Thứ ba, điều khiến người điều trị Methadone cảm thấy vui vẻ, phấn khởi đó là tình trạng sức khỏe của họ được cải thiện hơn trước: *"Ông nào chơi heroin vào bao giờ người kể cả có béo thì cũng xanh xao, anh nói thẳng thắn. Khi không dùng nữa rồi thì bao giờ người cũng hồng hào, béo lên; cái thứ nhất là khoẻ hơn khi dùng heroin là cái chắc chắn; cái thứ hai về nội tạng cũng như dầu óc nó sẽ không hại bằng khi dùng heroin; còn nóng thì không nóng bằng heroin, anh nói thẳng heroin nóng hơn thuốc"* (Người điều trị Methadone).

Như vậy, so với tất cả những lần cai nghiện đã từng trải qua, lần này với Methadone, người nghiện nhận thấy cuộc sống của mình đã thay đổi tích cực hơn trước rất nhiều. Một lợi ích rất lớn đối với người nghiện khi tham gia Chương trình Methadone là họ không phải lo kiểm tiền phục vụ việc chích hút như trước nữa. Họ có nhiều thời gian hơn cho chăm sóc bản thân mình. Do vậy những người đã điều trị ổn định có đặc điểm khác biệt so với người mới điều trị chính là tình trạng về sinh tốt hơn, có thời gian chăm sóc cơ thể nên trông họ khỏe mạnh, sạch sẽ và chín chu hơn: *"Trước đây mỗi ngày 4 bữa chích, sau bữa trước đi tìm tiền để chích bữa sau, cả ngày chỉ loán quẩn với việc kiếm mỗi chích, bất kể mưa gió bão bùng, cha chết mẹ chết cũng vẫn phải đi. Giờ cuộc sống thanh thản vì thực ra trước đây ngày phải tốn một vài trăm (nghìn) cho trích thì giờ chẳng tiêu tốn đồng nào, chỉ có tiền cho những nhu cầu hết sức cơ bản mà không phải lo*

chi, và lại mình còn đang trong thời kỳ điều trị, người thân động viên và cũng không phải lo lắng gì về tiền bạc” (Trích NKTD).

Bên cạnh đó nhiều người điều trị Methadone còn cho biết họ có được tinh thần thoải mái, thanh thản, nhẹ nhàng, vui vẻ, sự tự tin và cảm nhận được sự tôn trọng từ những người xung quanh - một trải nghiệm rất tích cực mà những lần cai nghiện trước đó không có được: “Đến khi vào được Chương trình Methadone này thì mới tìm lại được chính mình như hồi xưa” (Người điều trị Methadone), “Họ cảm thấy được mọi người tôn trọng gọi bằng anh em, được khuyến khích tâm sự khi mắc lỗi lầm, điều mà trước đây họ chỉ có nhận được từ bố mẹ anh em khi mới nghiện, ở cái thời mà họ không dưng ra được với ma túy rồi dần cũng chẳng ai thêm quan tâm nữa” (Trích NKTD). Họ còn tự nhận mình cũng thuần tính hơn, mà lý do cho sự thay đổi này đó là: “Cái thứ nhất là, trước đây mình đến thì mình tự mặc cảm trong người. Mình đến chỉ có một là xin tiền, hai là vay tiền, ba là lấy đồ đạc của gia đình, bốn là mượn đến đồ đạc của gia đình. Thế nhưng bây giờ mình đến, những thứ đó mình không cần, thậm chí đi anh cho tiền, anh không lấy. Trước chưa cần cho anh đã xin rồi, để ra là anh lấy rồi. Bây giờ đến thì đi báo cho máy mấy chục máy chỉ tiêu cũng không lấy, không cần gì đến tiền nữa thì tự nhiên mình cảm thấy tự tin ngay. Và khi người ta thấy như thế thì mình đến thì người ta đối xử với mình khác ngay, độ tin cậy có” (Người điều trị Methadone).

Như vậy, so với việc cai nghiện tại các trung tâm, trải nghiệm của những người tham gia điều trị Methadone đó là họ cảm thấy tự do và chủ động hơn rất nhiều, vì họ chính là người tự quyết định quá trình điều trị của mình. Hàng ngày, họ chỉ đến trung tâm để lấy uống thuốc một lần vào giờ hành chính, họ được tham gia các sinh hoạt bình thường của cuộc sống hàng ngày chứ không bị cách ly hoàn toàn với môi trường bên ngoài. Thay vì phải tham gia điều trị cai nghiện bắt buộc với thời gian tối đa là 2,5 năm trong trung tâm, họ có thể tự nguyện đăng ký tham gia điều trị, tự chủ việc điều trị và quyết định thời gian dừng điều trị của mình. Điều này làm tăng thêm sự tự tin cho chính bản thân họ.

Thêm vào đó, việc điều trị Methadone còn giúp cho những người nghiện có thể làm những việc mà trước đó khi nghiện đã không thể làm, họ có thể đến những nơi mà trước đó khi còn nghiện họ không hề đến như chơi nhà họ hàng, đến những nơi vui chơi giải trí, chơi thể thao, v.v. “Trước anh sử dụng anh không bao giờ bước chân đến nhà đi anh, khi đi anh biết rồi thì anh đến được, thậm chí vay tiền đi cũng cho vay, trước không bao giờ có” (Người điều trị Methadone). “Mình cũng đến những nơi vui chơi,

đi uống cà phê buổi tối... những nơi đó trước đây mình không đến. Ban ngày mình có thể đến chơi nhà người thân quen, được chào đón, được tiếp chuyện và mình cũng thấy việc đến chơi là cần thiết, trước đây mình không dám đến nhưng giờ mình đến vì thấy nó hết sức thoải mái. Còn một điều nữa là mình còn thể dục thể thao, trước đây lúc nghiện không hẳn là mình không muốn tập hay không có thời gian tập, mà là mình giữ không cho ra mồ hôi” (Người điều trị Methadone).

Giờ giấc sinh hoạt của người điều trị Methadone đã ổn định hơn chứ không còn thất thường như trước. Do vậy, họ có thời gian để đóng góp thêm cho kinh tế của gia đình - điều mà trước đây khi nghiện ma túy họ không thể làm được. *“Trước đây nhờ anh trong xe đạp, chữa bệnh, anh không bao giờ làm việc đó, thế nhưng bây giờ anh có thể trồng xe đạp, anh có thể chữa bệnh cùng gia đình được, đây là cái thứ nhất. Thứ hai, trước đây anh không đi làm, toàn lấy tiền của gia đình thôi, thì bây giờ anh đi làm, cũng cảm thấy về đóng góp cho gia đình. Đây là những cái mình làm được” (Người điều trị Methadone).*

Đó là những trải nghiệm hết sức vui vẻ của những người tham gia Chương trình Methadone trong 9 tháng đầu điều trị. Nhưng không chỉ dừng lại ở đó, nhờ vào việc tham gia Chương trình Methadone, họ còn cải thiện mối quan hệ với gia đình và cộng đồng xung quanh.

Cải thiện mối quan hệ với gia đình và cộng đồng

Điều mà tất cả những người tham gia Chương trình Methadone đều nhận thấy, dù là mới điều trị hay đã điều trị ổn định chính là họ đã lấy lại được niềm tin của gia đình, bạn bè, người thân, hàng xóm láng giềng và với cả với chính quyền địa phương - điều mà trước đây khi nghiện heroin là quá “xa xỉ” đối với họ.

Trước hết là cải thiện rất tốt mối quan hệ trong gia đình: *“Gia đình thì trước đây bảo là đưa tiền cho mình làm cái gì đó thì không bao giờ có. Cái thứ nhất là tiền mua xe, đồng tiền điện, tiền nước mà đưa cho mình cầm thì không bao giờ có. Nhưng mà bây giờ thì mình có thể cầm tiền điện, tiền nước mình đóng, xe pháo thì mình mua, mình có thể mượn xe ở nhà, mượn được” (Người điều trị Methadone).* Nếu với những người bình thường thì đây là việc tầm thường, nhưng đối với người nghiện thì đây là một “thành tích lớn lao” mà họ có được niềm tin của gia đình. Họ cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc, tự hào về mình hơn: *“Bây giờ mình thấy cuộc sống dễ chịu, gia đình vui vẻ hơn, quan tâm chăm sóc nhau hơn. Trước đây khi mình nghiện mình hay cáu gắt, giờ mình năng chào hỏi hỏi thăm mọi người, về nhà hỏi*

bố mẹ nên bố mẹ vui, bố mẹ đối với mình cũng thế, trước còn nghiện thì mình muốn đi đâu, muốn ngủ đến bao giờ cũng kệ, không ăn thì thôi. Giờ đến giờ ăn cơm nếu mẹ thấy mình ngủ thì cũng nhắc ăn cơm cùng cho đúng giờ, sức khỏe mình tốt hơn” (Người điều trị Methadone).

Người nghiện thường không có mối quan hệ tốt với hàng xóm, láng giềng bởi họ luôn bị kỳ thị, bị phân biệt đối xử. Nhiều người hàng xóm không tin vào việc cai nghiện vì đã có quá nhiều những trường hợp tái nghiện xung quanh họ. Tuy nhiên, những người cai nghiện bằng Methadone đã cho biết những thay đổi rõ rệt trong mối quan hệ của họ với những người hàng xóm: *“Mình thiếu tiền thì có thể vay được; cái thứ hai, mình đi ra uống nước, ăn quà mà quên không cảm tiền thì tí nữa mình ra trả thì người ta vẫn vui, nhưng mà trước, nếu như thế là người ta nhăm nhăm lại, người ta nghĩ mình làm gì có tiền. Hàng xóm láng giềng không xa lánh mình như trước, trước đây nếu mình nó đùa với các em nhỏ quanh xóm thì bố mẹ chúng không hài lòng, còn bây giờ mình thấy không có việc đó nữa, họ cũng chủ động hỏi chuyện như là mình chưa bao giờ nghiện”* (Người điều trị Methadone).

Mối quan hệ bạn bè của những người cai bằng Methadone đã cải thiện hơn rất nhiều, họ nói lại sợi dây tình cảm, lấy lại niềm tin của những người bạn không phải “cùng hội cùng thuyền”: *“Bạn bè khi biết mình dùng heroin và uống cái đấy thì nó đến rủ đi chơi, quan hệ nó không ngại nữa”*

Từ khi dùng Methadone thì họ có nhiều thời gian hơn để suy nghĩ về mọi việc, có nhu cầu chia sẻ tinh thần và gần gũi hơn với bạn bè cũ: *“Người bạn mà Đ có thể chia sẻ nhiều điều, cũng có hoàn cảnh dùng Methadone nên cũng có những điều suy nghĩ gần gũi có thể chia sẻ được với nhau”* (Trích NKTD) và đồng thời với những người cùng tham gia tại các nhóm điều trị cũng thành lập nhóm tự lực để cùng nhau chia sẻ, động viên, khích lệ nhau duy trì việc điều trị Methadone: *“Thành lập để giúp đỡ nhau vượt qua, ví dụ như là ai còn chơi đấy, thì giúp đỡ nhau, cho người ta thôi. Cái thứ hai là trong nhóm đấy thì nhà ai ốm đau, ma chay gì thì cũng đến, ốm thì đến, tháng đóng mỗi người mấy nghìn vào đấy, đến ma chay thăm hỏi, cưới xin thì chia vui, nhóm tụ tập vào. Những ngày lễ, ngày tết thì tập trung vào đi chơi, còn những ngày thường thì tập trung vào ăn uống, liên hoan với nhau”* (Người điều trị Methadone). Nhóm bạn bè là yếu tố quan trọng với những người nghiện. Trong nhiều trường hợp từ chính mạng lưới bạn bè này mà họ đã sa vào con đường nghiện ngập rồi tái nghiện; nhưng cũng chính từ mạng lưới bạn bè đã giúp họ hòa nhập xã hội và thể hiện sự gắn kết khi họ cùng nhau tham gia chương trình điều trị

Methadone, cùng đồng viên khuyến khích nhau duy trì, thực hiện nghiêm chỉnh quy trình điều trị để cùng hy vọng có thể từ bỏ được ma túy.

Đặc biệt, mối quan hệ của những người tham gia Chương trình Methadone với chính quyền địa phương cũng có sự chuyển biến tích cực: *"Chính quyền người ta biết người ta cũng tôn trọng mình hơn. Phường người ta cũng vào đồng viên là cố gắng"* (Người điều trị Methadone).

Chính vì tất cả những thay đổi lớn lao trên do Methadone mang lại cho chính bản thân người nghiện, họ đã tự tin hơn và thậm chí có người sau thời gian uống Methadone đã tính tới việc dừng hẳn việc điều trị, cai nghiện hoàn toàn: *"Từ đầu năm 2009 anh đã xin giảm liều điều trị để dần rút khỏi chương trình, qua 3 tháng anh đã giảm liều từ 120mg xuống 90mg và anh thấy mình vẫn tốt, không dùng lại heroin và không có cảm giác thèm. Anh đang tính giờ đến cuối năm sẽ giảm liều dần và mong muốn hết năm 2009 sẽ đạt được mục đích giảm liều và xin ra khỏi chương trình điều trị methadone cuối năm nay"* (Trích NK11D). Từ đó những người cai nghiện mong muốn xây dựng lại cuộc sống, mong muốn được làm việc và mong có hạnh phúc gia đình như bao những người bình thường khác: *"Giờ anh có thể tự tin khi gặp bạn bè, gia đình và bé bạn đều mừng, bà con xóm phố cũng mừng cho bản thân anh và luôn đồng viên khích lệ anh cố gắng cai nghiện để làm lại, để tìm một công việc phù hợp sau này"* (Người điều trị Methadone).

Cuối cùng, đối với cộng đồng, xã hội, Chương trình Methadone đã giúp làm giảm các hành vi tội phạm. Khi nghiện heroin, họ phải tìm mọi cách để có tiền chích hút, cho dù lấy của gia đình, trộm cắp vặt của hàng xóm hay có những hành vi cướp giật, buôn bán vận chuyển heroin... thì nay với việc điều trị methadone, họ không còn phải lo tới việc kiếm tiền cho những công việc đó nữa. Do vậy những nguy cơ phạm pháp giảm hẳn. Hơn nữa, hiệu quả kinh tế của điều trị Methadone đã được nhiều nước nghiên cứu và đưa ra kết luận: *"1 USD chi cho Chương trình Methadone sẽ tiết kiệm được 7 USD chi cho các vấn đề khác phát sinh như các về vấn đề pháp luật, y tế"* (Đoàn Hữu Bảy, 2012).

Như vậy, qua trải nghiệm trong một thời gian ngắn, ở giai đoạn đầu tiên của quá trình điều trị Methadone, những người tham gia chương trình này đã thể hiện thái độ khá hài lòng với những thay đổi mà Methadone đem lại cho bản thân họ và gia đình, giúp họ được thể hiện sự tự tin vào bản thân và hy vọng cai nghiện thành công.

3.3. Trải nghiệm về những khó khăn, thách thức của chương trình điều trị Methadone

Sự kỳ thị của cộng đồng

Sự kỳ thị từ phía cộng đồng vẫn là điều mà không ít những người cai nghiện có thể vượt qua được. Vấn đề thường gặp nhất là hàng xóm cho rằng họ là những người gây ra các vụ trộm cắp trong cộng đồng, sự kỳ thị này mạnh mẽ đến mức mặc dù có những người không hề trộm cắp nhưng cũng cho rằng hàng xóm nghĩ như vậy là có lý. *"Hôm nào xóm mắt cái gì, mà mình cứ đi ra đi vào là người ta cứ nhìn mình... thực ra bản thân mình có tức nhưng mình phải chấp nhận thôi vì mình nghiện mình không dám nói ra"* (Người điều trị Methadone). Chính vì vậy nên bản thân họ cảm thấy xấu hổ, nhiều khi tự vấn, hối hận với quá khứ, và ngay cả khi đang được điều trị bằng Methadone họ vẫn mang theo mặc cảm, tự ti trước đây. *"Ví dụ mình đang làm xe có người đi qua, không phải người ta nói mình mà nói những trường hợp khác, mình đứng đấy cũng khổ tâm lắm..."* (Người điều trị Methadone).

Mặc dù phần lớn người được phỏng vấn cho rằng họ được tư vấn, được đối xử bình đẳng, thân thiện, điều này được họ đánh giá cao vì trước đây họ thường bị gọi là "con nghiện". Nhưng bên cạnh đó một số người còn cho rằng họ vẫn gặp phải sự kỳ thị từ một số nhân viên ở cơ sở điều trị, điều này cũng gây trở ngại đến tâm lý của người điều trị Methadone

Tác dụng phụ của Methadone

Về mặt dược động học Methadone là một chất đồng vận của các chất dạng thuốc phiện như thuốc phiện, morphin, heroin... mặc dù có tác dụng dược lý tương tự, một trong những khác biệt cơ bản so với các chất dạng thuốc phiện là không gây nhiễm độc hệ thần kinh trung ương, tuy nhiên người được điều trị lại bị khó chịu do những tác dụng phụ của Methadone gây ra (Bộ Y tế, 2010). Các phiền phức được kể đến nhiều là buồn ngủ, và các rối loạn đường tiêu hóa. Con buồn ngủ ập đến khi nào họ không làm chủ được, khiến họ nhìn bề ngoài lim dim như đang phê thuốc điều này cũng khiến người khác có thể đánh giá thấp hiệu quả của việc điều trị vì cho rằng những người này vẫn nựa quen đường cũ. Buồn ngủ cũng gây ra các phiền phức khác như ảnh hưởng đến công việc chẳng hạn như có thể gây tai nạn nếu điều khiển phương tiện giao thông, giao tiếp bạn bè.

Các rối loạn đường tiêu hóa thường gặp là táo bón và khô miệng. Táo bón đi kèm theo cảm giác khô nóng trong người, bứt rứt khó chịu. Khô miệng khiến họ cứ phải uống nước thường xuyên mà vẫn cảm thấy khô,

nước hot quanh đem lại cảm giác háo nước lúc nào cũng nghĩ đến và tìm nước uống. Bên cạnh các tác dụng phụ kể trên, có người còn phàn nàn về việc cơ thể họ xuất hiện những triệu chứng ngứa ngáy ngoài da gây khó chịu, và một vài người cho rằng mình bị ảnh hưởng đến năng lực tình dục nhưng không rõ rệt. *"Có nghĩa là uống cái này vào nó khó thôi, anh đang nói thế này là rất khó khăn, nói nhiều là rất khó, mà khó phải uống nước lên tục..."* (Người điều trị Methadone)

Các tác dụng phụ xuất hiện nhiều nhất ở thời kỳ đầu sử dụng Methadone, đó là giai đoạn đồ liều, là giai đoạn mà gia đình và cộng đồng thường chú ý nhiều đến người cai nghiện, có thể là do sự quan tâm của cha mẹ đến con cái để đảm bảo xem người cai nghiện có tuân thủ việc điều trị hay không, hay vẫn sử dụng heroin. Điều này đã dẫn đến việc người cai nghiện thường bị hiểu lầm là vẫn sử dụng ma túy như trước đây, và một số người đã phải chứng minh với người thân bằng cách xét nghiệm nước tiểu. Những hiểu lầm này cũng gây nên những phiền phức về tâm lý cho người điều trị Methadone, họ luôn cảm thấy tư ti vì chưa lấy lại được lòng tin với mọi người. Giai đoạn tiếp theo được coi là giai đoạn ổn định, khi đó người cai nghiện sử dụng đều đặn mỗi ngày một liều Methadone thích hợp tùy theo mỗi người. Dù ở giai đoạn này các tác dụng phụ giảm nhiều so với trước, tuy nhiên các triệu chứng kể trên vẫn dai dẳng đeo bám người cai nghiện: *"Những tuần đầu, anh ngủ từ lúc về đến chiều, cứ nằm ngủ thôi. Còn bây giờ, ổn định liều rồi thì nó buồn ngủ theo giờ"* (Người điều trị Methadone).

Hoàn cảnh, điều kiện kinh tế khó khăn của gia đình

Khi được hỏi về đời sống của những người điều trị Methadone, câu trả lời thường gặp nhất đó hoàn cảnh nghèo khó, có người gọi là bệnh "viêm màng túi mãn tính" của họ, bởi lẽ có bao nhiêu tiền họ sử dụng hết vào việc hút xách chơi bời trước đây.

Bên cạnh đó một số người còn gặp cảnh ly tán gia đình do bị vợ bỏ, không ai cung cấp tài chính và gánh vác chuyện gia đình. Một số người khác cho biết, họ bị mắc bệnh, phải điều trị cũng làm cho họ tốn tiền trong khi không làm ra. Ngoài ra, những người nghiện thường không có nghề nghiệp, hơn nữa vì trình độ học vấn thấp, họ khó có thể tìm được công việc thu nhập cao, cũng có người trước đây có nghề nghiệp nhưng nay không thể quay lại nghề cũ vì họ bị nghiện nên bị sa thải, nay không còn uy tín để làm việc nữa, hoặc có người do tính đặc thù của nghề nghiệp thí dụ như họ không thể quay lại với nghề lái xe hoặc vận hành máy móc vì tác dụng

phụ buồn ngủ. Và vì vậy hy vọng của những người điều trị Methadone đó là giúp họ lấy lại vị thế và có thể tập trung làm việc kiếm tiền mặc dù vẫn họ vẫn phải đương đầu với những tác dụng phụ của thuốc. *"Anh chỉ mong uống Methadone một thời gian nữa anh sẽ nòng đều cái này khoảng 1-2 năm nữa anh sẽ giảm bớt dần dần, bây giờ anh đã mãn nguyện lắm rồi"* (Người điều trị Methadone)

Tuân thủ quy định

Người được cai nghiện bằng Methadone, hiện được coi như là những bệnh nhân, quá trình cai được coi như điều trị (USAID và FHI, 2008). Bệnh nhân khi đã đáp ứng các tiêu chí theo quy định, được lựa chọn để điều trị phải tuân thủ nghiêm ngặt các nguyên tắc của nơi điều trị dưới sự giám sát của bác sỹ chuyên môn. Mặc dù đã được tư vấn về các nguyên tắc này, bệnh nhân vẫn gặp phải một số khó khăn mà đối với họ cần phải rất quyết tâm và có kỷ luật cao mới có thể vượt qua. *"Quy định ở đó là không được đến uống thuốc muộn, không được mang ma túy hoặc chất gây nghiện, xếp hàng trình thể uống thuốc xong phải chào nhân viên, cái chào đấy là vừa để lịch sự vừa để người ta kiểm tra xem mình đã uống chưa thôi..."* (Người điều trị Methadone)

Những khó khăn mà họ cho rằng khó tuân thủ nhất là lúc ban đầu chưa quen trong giai đoạn dò liều, trong vài tuần đầu, thậm chí hơn, bác sỹ sẽ tiến hành điều chỉnh liều cho đến khi tìm được liều thích hợp với mỗi bệnh nhân, bệnh nhân cần phải đến hàng ngày và tuân thủ tuyệt đối sự hướng dẫn của bác sỹ. Về sau, khi đã sử dụng liều ổn định, họ vẫn phải đến cơ sở điều trị hàng ngày để được uống thuốc theo những quy định cụ thể. Điều này sẽ gây những khó khăn cho người điều trị: (i) họ phải đến đều đặn, nghĩa là muốn thành công thì họ cần phải có mặt hàng ngày bất kể lý do gì. Phần lớn người tình nguyện cai nghiện đã chấp hành; tuy nhiên (ii) có những trường hợp, theo họ kể, quả thực không dễ dàng thực hiện: thí dụ khi cần vắng mặt vài ngày vì lý do gia đình như ma chay cưới xin, hay lý do vì công việc phải đi công tác dài ngày. Nói tóm lại, có khá nhiều phiền phức nếu bệnh nhân phải đến hàng ngày. *"Nếu người ta không bỏ liều thì không đi công tác được, dẫn đến người ta không có việc làm, mà không có việc làm thì đấy là một nguy cơ dẫn đến tái nghiện"* (Trích NKTĐ). Và nếu nghỉ tự do, họ bị coi như vi phạm nội quy, bị lập biên bản và tùy theo mức độ sẽ bị từ chối điều trị, đã có nhiều người không đáp ứng được yêu cầu này, và phải chịu những hệ lụy. *"Em thấy ở đó nhiều người nghỉ, họ bị kỷ luật nhưng đó là việc người ta, việc của mình là ngày nào cũng phải đến uống thuốc"* (Người điều trị Methadone). Người cai nghiện

cũng cho biết có những linh động nhưng đó là rất hạn hữu, thí dụ trong trường hợp người cai nghiện có thể được sử dụng tại nhà.

4. Bàn luận

Nghiên cứu này được tiến hành khi Chương trình cai nghiện Methadone thực hiện 9 tháng đầu. Bởi vậy thông tin thu thập được có giá trị phản ánh giai đoạn 9 tháng đầu tiên của chương trình, trong khi đó, theo dõi quá trình một người cai nghiện Methadone cần phải không dưới 01 năm (Bộ Y tế, 2010). Tuy vậy, những thông tin thu thập được có giá trị phản ánh được những diễn biến của một bệnh nhân tham gia Chương trình trong khoảng thời gian đó là những khó khăn mà họ gặp phải ban đầu, kể cả giai đoạn được lựa chọn cai nghiện, giai đoạn dò liều với những phản ứng của cơ thể đối với Methadone và những thích nghi về sau khi đã ổn định liều điều trị. Ngoài ra các thông tin còn cho thấy mối quan hệ giữa bệnh nhân với cộng đồng và gia đình của họ hoặc giữa họ và cán bộ y tế, nhất là những thách thức về mặt thể chất, tinh thần mà mỗi người cai nghiện phải vượt qua, đặc biệt là trong giai đoạn dò liều và những trải nghiệm của mỗi người bệnh trong suốt 9 tháng điều trị ■

Tài liệu tham khảo

- Bộ Lao động Thương binh và Xã hội. 2011. Báo cáo 69/BC-LĐTBXH về công tác cai nghiện ma túy tại Việt Nam thời gian qua (Báo cáo số 69/ BC-LĐTBXH ngày 08 tháng 9 năm 2011). <http://thuvienphapluat.vn>.
- Bộ Y tế. 2010. Hướng dẫn điều trị thay thế nghiện các chất dạng thuốc phiện bằng thuốc Methadone.
- Cục Phòng chống tệ nạn xã hội, Văn phòng Thường trực phòng chống ma túy-Bộ Công an và Trung tâm tư vấn Pháp luật và Chính sách về Y tế, HIV/AIDS - Hội Luật gia Việt Nam. Dự án "Đánh giá hiệu quả cai nghiện ma túy và các biện pháp phòng ngừa, chăm sóc và điều trị HIV/AIDS tại các Trung tâm của Việt Nam".
- Đoàn Hữu Bày. 2012. Điều trị nghiện bằng Methadone từ góc nhìn kinh tế-xã hội. <http://baodientu.chinhphu.vn>.
- Martin Holt. 2007. "Agency and dependency within treatment: Drug treatment clients negotiating methadone and antidepressants" *Social Science & Medicine* 64 (2007) 1937-1947
- Nguyễn Văn Kính. 2004. "HIV vẫn chưa chịu dừng". *Tạp chí "AIDS và cộng đồng"* số 4/2005.
- USAID- FHI. 2008. Sổ tay thông tin điều trị Methadone cho bệnh nhân.