

# Nước Mỹ và cơn khủng hoảng bệnh tâm thần

Trịnh Thanh Thủy

## Hình ảnh người bệnh tâm thần

“Người đàn ông, mắt láo liên, miệng nói liên tục. Từng tràng chữ, câu, dính chập vào nhau xô đẩy tuôn ra. Ông nghi ngờ mọi người và chửi tất cả. Nhân viên chính phủ, cảnh sát, tổng thống, thượng hạ viện, dân biểu, nghị sĩ, dường như họ đang xếp hàng trước mặt cho ông chửi. Thân thể lắc lư như một quả lắc, lưỡi ông đảo liên thanh, tựa một nhân viên của cửa hàng bán đầu giá...”

Đây là một trong những người được định bệnh tâm thần mà tôi có cơ hội gặp họ hàng ngày. Họ phần lớn nghèo, không nhà, đủ mọi lứa tuổi, sắc tộc nhưng họ có chung một điểm là sức khỏe tâm thần của họ yếu kém. Hoạt động não bộ họ bị rối loạn gây nên những biến đổi bất thường về lời nói, ý tưởng, hành vi, tác phong, tình cảm...

Họ là cô thiếu nữ da trắng tuổi mới hai mươi, hành nghề mãi dâm, bị cha ghẻ hãm hiếp từ bé, cha mẹ đều nghiện ngập. Cô mang bệnh Tự Kỷ(Autism), Trầm Cảm(Depression), lại vướng vòng nghiện hút. Là anh thanh niên VN hãy còn hai tám, nghiện sì ke mười mấy năm, homeless, tối ngủ ở hiên sau một cửa tiệm bán bàn ghế. Khuya, vào các tiệm ăn Tàu, VN xin cơm thừa. Anh mang bệnh Trầm Cảm và Tâm Thần Phân Liệt( Schizophrenia). Hoặc người đàn ông da màu tuổi khoảng bốn mươi, người đầy hình xăm, vừa ra tù không lâu. Ông nghiện rượu, mắc bệnh tâm thần Lưỡng Cực(Bipolar) từ bé, lúc Hưng Cảm, lúc Trầm Cảm. Trong tù mang thêm chứng Căng Thẳng tâm thần(Anxiety Disorder), không ai muốn mượn ông làm việc. Gần hơn nữa là người phụ nữ Á Đông tuổi gần sáu chục, bị con cái bỏ vào nhà thương điên, trốn ra, lúc nào cũng lảm bảm “Tay tôi có hàng vạn con giun bò, đau lắm, ngứa lắm. Lũ con khốn nạn, chúng bỏ tôi vào nhà thương điên”.

## Tình trạng sức khỏe tâm thần trên nước Mỹ

Có vài nghiên cứu cho thấy người di dân gốc Á mắc bệnh Trầm Cảm rất nhiều, nhất là phụ nữ lớn tuổi, tỷ lệ cao hơn phụ nữ da trắng gấp 10 lần. Có lẽ áp lực đời sống khó khăn, kinh tế suy thoái, tài chánh thiếu kém, lo lắng, buồn khổ, đa cảm, sức khỏe sa sút, những thảm kịch gia đình, mất người yêu, người thân, xảy ra đánh gục người phụ nữ Á Đông vốn giàu nghị lực chịu đựng. Thường thì người di dân gốc Á, khi bị bệnh tâm thần ít tìm cách chạy chữa vì mắc cỡ, dẫu điếm, trở ngại ngôn ngữ hay không có tiền trị liệu và đợi khi bệnh thật nặng mới đưa vào bệnh viện thì quá trễ.

Đề định nghĩa một người khỏe mạnh, chúng ta phải nói đến một người có đầy đủ sức mạnh cả thể chất lẫn cảm xúc, tinh thần. Bởi vì mỗi khi nguồn năng lượng tâm, sinh lý người đó được vận dụng cùng một lúc, họ có thể giải quyết các vấn đề nan giải một

cách thần kỳ. Tuy nhiên đời sống tinh thần càng phức tạp, môi trường chung quanh, gia đình, xã hội, càng biến động, khả năng đối đầu kém, dễ đưa não bộ con người đến mức rối loạn. Những nguyên nhân gây nên bệnh tâm thần rất phức tạp, có thể vì bẩm sinh, di truyền, vì chấn thương do tai nạn, tuổi tác, nhân cách, giới tính hay các nguyên nhân tâm sinh lý khác nhau.

Sau những cơn suy thoái kinh tế và cơn khủng hoảng tài chính năm 2007-2012, quả bóng địa ốc nổ tung, nhiều người Mỹ rơi vào cảnh mất nhà, mất việc, gia đình xào xáo ly tán. Con số bệnh nhân mắc bệnh tâm thần tăng vọt nhất là bệnh Trầm Cảm. Trong những năm gần đây, song song với dân số người già tăng cao, nhu cầu dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần cũng tăng theo. Con số 20% những người trên 55 tuổi mắc bệnh tâm thần không phải nhỏ và thần kinh của 2/3 các cụ già sống trong các viện dưỡng lão đều có vấn đề. Tuy nhiên chỉ có 3% trong số bọn họ được các chuyên gia tâm lý chữa trị đàng hoàng. Đặc biệt là những người già mắc bệnh Lú Lẫn (Alzheimer), Sa Sút Trí Tuệ (Dementia), cần phải được các bác sĩ tâm thần điều trị. Người quen tôi cũng bị mắc hai chứng này mà tìm các bác sĩ tâm thần nói tiếng Việt ở vùng Little Saigon, rất khó khăn. Hầu như bác sĩ nào cũng có quá nhiều bệnh nhân, họ từ chối gặp bệnh nhân mới, chỉ trị liệu cho các bệnh nhân cũ. Không những thế, theo một nghiên cứu của tờ Emergency Medicine, một bệnh nhân tâm thần tìm bác sĩ tâm lý trong vùng Downtown Boston, gọi 64 văn phòng bác sĩ, chỉ lấy được 8 cái hẹn, trong đó chỉ có 4 cái sớm nhất trong vòng 2 tuần.

Có bước vào thế giới của người mắc bệnh tâm thần mới biết, con số người mắc bệnh ở Mỹ không phải nhỏ. Pamela S. Hyde, administrator for the government's Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) đã đưa ra viễn ảnh không hay của vấn đề chăm sóc sức khỏe tâm thần trong một buổi điều trần. Bà nói "Trong số 45 triệu người Mỹ trưởng thành mắc bệnh tâm thần, chỉ có 38.5 % được trị liệu, còn trẻ em, trong 5 chỉ có 1 em được chữa trị. Mặc dù nhiều người lớn và trẻ em có dấu hiệu mắc bệnh, nhưng họ thường chỉ được chữa trị khi bệnh quá nặng". Bà cho rằng nếu họ được chữa trị sớm hơn, bao nhiêu người khỏi bệnh.

Cuộc thảm sát đẫm máu bằng súng tại trường tiểu học Sandy Hook ở Newtown, bang Connecticut, làm 28 người thiệt mạng, đã đánh thức toàn nước Mỹ. Người ta bắt đầu nhận ra Hoa Kỳ đang rơi vào một cơn khủng hoảng bệnh tâm thần. Kẻ sát nhân, Adam Lanza, 20 tuổi, tự sát sau khi giết người, trước đó là một con bệnh tâm thần, không được trị liệu đúng mức. Theo những tâm lý gia chuyên môn nhận xét, nếu thanh niên này được các chuyên gia chữa trị kịp thời, bi kịch này sẽ không xảy ra.

### **Việc chữa trị bệnh tâm thần**

Hệ thống chăm sóc sức khỏe tâm thần của Hoa Kỳ là một kỹ nghệ đã tiêu tốn hàng nhiều tỷ đô la thế mà vẫn không đủ cung ứng dịch vụ cho những người cần nó. Theo tờ báo The Journal Health Affair năm 2011, Hoa Kỳ đã chi 113 tỷ đô trong việc điều

trị bệnh tâm thần. Con số này chỉ vào khoảng 5.6% số tiền tiêu cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe y tế toàn quốc. Nó cũng là con số tương đương ở các nước tiên tiến như Úc và Ý, theo tổ chức Sức Khỏe Thế Giới(World Health Organization) . Phần lớn chi phí trả cho thuốc men và trị liệu ngoại khoa.

Đụng tới vấn đề chăm sóc sức khỏe tâm thần khó khăn hơn tất cả các loại chăm sóc y tế khác. The Bureau of Labor Statistics ước lượng trong năm 2010 nước Mỹ có khoảng 156,300 cố vấn về sức khỏe tâm thần. Đụng vào bác sĩ tâm thần còn tệ hơn các bác sĩ loại khác vì có tới 89.3 triệu người Mỹ sống trong những khu vực thiếu bác sĩ tâm thần, trong khi có 55.3 triệu người sống trong vùng thiếu bác sĩ gia đình và chỉ có 44.6 triệu người sống trong khu vực thiếu nha sĩ.

Chăm sóc sức khỏe tâm thần rất đắt đỏ. Theo một nghiên cứu căn cứ vào những dịch vụ cung cấp từ năm 2005 tới 2009 thì 20% trong số 15.7 triệu người Mỹ nhận chăm sóc dịch vụ tâm thần vẫn là người chi trả chính cho các dịch vụ. Phần lớn những người tìm chữa trị ngoại khoa phải trả thêm từ \$100 đến \$5000 Đô. Trong năm 2005, Người Mỹ đóng thuế đã chi trả cho 13% chi phí các dịch vụ y tế sức khỏe toàn quốc so với 11% trả cho dịch vụ sức khỏe tâm thần.

Hơn thế nữa, thái độ đối với dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần làm cho việc chăm sóc bị trở ngại lớn. Một nghiên cứu năm 2007 của tờ báo The Journal Psychiatric Services cho biết có 303 bệnh nhân tâm thần mắc bệnh muốn đi gặp bác sĩ nhưng cuối cùng không đi. Khi được hỏi tại sao, câu trả lời rất thông thường cho 66% là, họ nghĩ rằng vấn đề tự nó sẽ tốt hơn thôi. 71% “Tôi muốn tự mình giải quyết lấy”. 47%, trở ngại chính là không có tiền để trị vì nó quá đắt.

Vấn đề cắt giảm ngân quỹ y tế ảnh hưởng đến việc chăm sóc sức khỏe tâm thần rất nhiều. Theo một báo cáo của National Alliance Mental Health vào năm 2011, chính phủ đã cắt 1.6 tỉ đô từ năm 2009 đến năm 2012. Hệ thống chăm sóc y tế trong tương lai sẽ phải đối đầu với thế hệ “baby boomer”(thế hệ nhiều trẻ con nhất gồm những người sinh từ năm 1946 tới 1964) có thể tạo ra cơn khủng hoảng chăm sóc sức khỏe tâm thần năm 2030. Đó là năm mà nhân số các cụ cao niên ở Mỹ sẽ tăng gấp đôi song song với nhu cầu khẩn thiết cho tâm thần sẽ thiếu một cách khủng khiếp. Trong khi sự chăm sóc sức khỏe tâm thần là một chuỗi những dịch vụ y tế đòi hỏi tiền bạc, công sức và thời gian. Chữa trị một bệnh nhân tâm thần không những cần thuốc men, còn cần bác sĩ tâm thần, chuyên gia tâm lý trị liệu(therapist), những người thụ lý hồ sơ(case manager), nhân viên xã hội(social worker) và nhân viên tư vấn phục hồi chức năng(vocational rehabilitation counselor) trong suốt quá trình điều trị cho dứt một căn bệnh. Vì thế giới chủ nhân và bảo hiểm sức khỏe thường từ chối phần bảo hiểm sức khỏe tâm thần.

Thế hệ người Mỹ ngày nay phải đương đầu với bao khó khăn về kinh tế, thất nghiệp, khủng bố, bạo lực, súng ống, kéo theo phạm pháp và tù tội. Con số bệnh nhân tâm thần trong tù giờ cao hơn con số trong bệnh viện phải cần được lưu tâm. Hệ thống chăm sóc sức khỏe tâm thần từ lâu đã bị nứt gãy. Thử thách phải đương đầu không phải là sửa chữa, chấn chỉnh mà chính là xây dựng cái mới với những phương pháp khám phá con bệnh từ sớm, định bệnh, chữa và ngừa bệnh. Làm được điều ấy đòi hỏi những kế hoạch cải tổ y tế quan trọng từng bước một, may ra mới mong đạt được hiệu quả thành công.

### **Trịnh Thanh Thủy**

Tài liệu tham khảo

Minority Women's Health

<http://womenshealth.gov/minority-health/>

Seven facts about America's mental health-care system

<http://www.washingtonpost.com/blogs/wonkblog/wp/2012/12/17/seven-facts-about-americas-mental-health-care-system/>