

## **BỆNH PHỔI TẮC NGHẼN MÃN TÍNH (COPD)**

### **1.Đại cương**

-Bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính là một bệnh rất thông thường ở Việt Nam và trên toàn Thế giới.Trên thế giới COPD xếp hàng thứ năm về gánh nặng và bệnh tật, tại VN tỷ lệ COPD theo ước đoán là 6,7 % dân số,chiếm tỷ lệ cao nhất trong 12 nước trong khu vực Châu Á Thái Bình Dương. COPD là tình trạng viêm mãn tính đường thở do tiếp xúc với các yếu tố độc hại từ môi trường sống, đứng đầu là hút thuốc lá, kế đó là tiếp xúc ô nhiễm môi trường trong nhà và tại nơi làm việc

+ Hút thuốc lá:Là yếu tố nguy cơ hàng đầu, 20-25 % người hút thuốc lá sẽ xuất hiện triệu chứng của COPD trong tương lai.Hút thuốc lá làm tăng nhanh tốc độ suy giảm chức năng phổi, làm bệnh nhân dễ vào đợt cấp hơn, đáp ứng với thuốc điều trị kém đi. Tuy nhiên hút thuốc lá không phải là yếu tố nguy cơ duy nhất gây COPD , rất nhiều bệnh nhân không hút thuốc lá vẫn mắc bệnh.

+ Ô nhiễm không khí trong nhà: việc đun nấu bằng củi, than và các chất đốt sinh khối được xem là yếu tố nguy cơ quan trọng gây COPD, đặc biệt ở nữ giới

+ Ô nhiễm môi trường và nơi làm việc: bụi vô cơ và hữu cơ, hóa chất và khói từ sản xuất công nghiệp chiếm đến 10-20% nguyên nhân gây triệu chứng lâm sàng và tắc nghẽn đường thở trong bệnh nhân COPD

- Khói thuốc lá và các chất độc hại hít vào phổi sẽ gây ra viêm bất thường trong phổi và toàn bộ cơ thể . Đáp ứng viêm mạn tính bất thường tại phổi làm đường thở bị viêm nhiễm, tăng tiết đàm nhớt, xơ hóa, hậu quả là tắc nghẽn đường thở, hủy hoại thành vách và mô nâng đỡ của phế nang làm phế nang căng dẫn bất thường gây ứ khí phế nang. Đáp ứng viêm bất thường trên toàn thân là lý do giải thích các bệnh đồng mắc trên người COPD bao gồm suy kiệt, teo cơ, bệnh lý tim mạch, thiếu máu, loãng xương và trầm cảm.

- Một khi tiếp xúc với các yếu tố nguy cơ gây cơn cấp COPD như là nhiễm vi khuẩn hay siêu vi, ô nhiễm môi trường, phản ứng viêm sẽ bị khuếch đại hơn nữa bệnh nhân sẽ khó thở nhiều hơn thậm chí bị suy hô hấp, khạc đàm nhiều, đàm có mủ.Đợt cấp làm tiên lượng COPD càng nặng hơn và bệnh nhân có thể tử vong trong một đợt cấp nào đó.

### **2.Các triệu chứng thường gặp khi mắc COPD**

+Triệu chứng lâm sàng điển hình:

- Triệu chứng đầu tiên của bệnh nhân COPD là ho khạc đàm kéo dài vào buổi sáng.Bệnh nhân thường không để ý và cho rằng đây là triệu chứng bình thường do hút thuốc lá làm bệnh nhân chủ quan không đi khám bệnh, tuy nhiên cũng có một số bệnh nhân không hề có triệu chứng ho khạc đàm kéo dài

- Triệu chứng tiếp theo là khó thở khi gắng sức, khó thở khi gắng sức đầu tiên xuất hiện khi bệnh nhân đi lên cầu thang, khi đi nhanh trên đường, sau đó là đi chậm hơn so với người cùng tuổi

+ Triệu chứng toàn thân dần dần xuất hiện khi COPD nặng hơn:

- Gầy sút, suy kiệt

- Teo cơ, loãng xương

- Trầm cảm

- Tăng nguy cơ bị các bệnh tim mạch như thiếu máu cơ tim, nhồi máu cơ tim

+ Triệu chứng lâm sàng của COPD là rất đa dạng và diễn biến âm thầm, bệnh nhân đến khám khi chức năng hô hấp đã suy giảm rất nhiều.

### **3. Những điều cần làm khi bị bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD)**

+ COPD gây nhiều gánh nặng cho bản thân, gia đình và xã hội vì thế bệnh nhân nên chuẩn bị cho mình thái độ:

- Khi nghi ngờ bị COPD cần gặp bác sỹ sớm để được khám, chẩn đoán và điều trị kịp thời

- Khi đã được điều trị COPD cần tuân thủ các chế độ điều trị về thuốc men, tập luyện, ăn uống, dinh dưỡng và thời gian tái khám để đạt hiệu quả điều trị cao.

- Bỏ thuốc lá là việc phải thực hiện ngay, giúp làm chậm diễn biến của COPD, giúp bệnh ổn định hơn, ít vào đợt cấp hơn.

- Sắp xếp lại nơi làm việc và sinh hoạt bảo đảm thông gió tốt, giảm thiểu tiếp xúc chất độc hại từ môi trường sống và làm việc.

- Tiêm ngừa và sử dụng thuốc điều hòa miễn dịch:

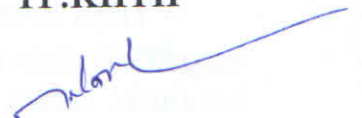
+ Tiêm ngừa cúm mỗi năm một lần

+ Tiêm ngừa viêm phổi do phế cầu mỗi 3 năm một lần

- Sử dụng thuốc điều hòa miễn dịch giúp COPD ổn định và ít vào đợt cấp.

phục hồi chức năng hô hấp giúp cải thiện chất lượng cuộc sống, nâng cao khả năng gắng sức của bệnh nhân ./.

TP.KHTH



**Nguyễn Duy Tài**