

Vietnamese

Bệnh Nghẹt Phổi Mãn Tính (tiếng Anh viết tắt là COPD) và Bệnh Suyễn CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE (COPD) AND ASTHMA

Cả hai bệnh này đều là bệnh mãn tính về đường hô hấp và là những căn bệnh càng lúc càng phổ biến. Về triệu chứng và cách trị liệu của hai bệnh này có những điểm tương tự nhưng điều quan trọng là quý vị nên biết sự khác biệt giữa chúng.

Bệnh Suyễn là gì? (What is asthma?)

Suyễn là một bệnh mãn tính ảnh hưởng tới các khí đạo. Khí đạo là những ống mang không khí đến phổi và từ phổi trở ra ngoài. Nếu quý vị bị suyễn thì các mặt bên trong của khí đạo sẽ đau và sưng lên. Khi bị đau và sưng thì các thành khí đạo sẽ rất nhạy cảm và có thể phản ứng mạnh mẽ với những thứ mà quý vị **bị dị ứng** hoặc trở nên bức rức khó chịu. Khi các khí đạo phản ứng thì chúng sẽ thu hẹp lại và phổi sẽ nhận ít không khí. Điều này có thể gây ra **tình trạng thở khò khè, ho, tức ngực và khó thở**. Khi những triệu chứng suyễn của quý vị trở nên xấu hơn bình thường thì người ta gọi đó là **lên cơn suyễn**. Trong một cơn suyễn trầm trọng thì các khí đạo có thể thu nhỏ đến độ những bộ phận quan trọng không nhận đủ dưỡng khí. Những cơn suyễn trầm trọng có thể gây chết người.

Bệnh Nghẹt Phổi Mãn Tính là gì?(What is COPD?)

Bệnh Nghẹt Phổi Mãn Tính – COPD- làm cho quý vị thấy khó thở. **Ho ra nhớt và thở hụt hơi** là những dấu hiệu đầu tiên của COPD. Khi bị bệnh này, khí đạo và khí nang sẽ mất hình dạng và trở nên “mềm nhũn”.

Hút thuốc lá là nguyên nhân phổ biến nhất của COPD. Hít vào những loại làm bút rút khó chịu khác như chất ô nhiễm, bụi, hoặc hóa chất cũng có thể gây COPD hoặc góp phần gây COPD. **Cai hút thuốc lá là cách tốt nhất để tránh COPD phát triển.**

Trị liệu có thể làm cho quý vị thấy dễ chịu hơn nhưng không có cách chữa dứt bệnh này

Những triệu chứng sẽ phát huy được bao nhiêu?(How much will symptoms improve?)

Khi việc trị liệu bệnh suyễn được thực hiện nhất quán thì hầu như ai cũng có thể kiểm soát tốt các triệu chứng của bệnh và tiếp tục làm những gì họ thích kể cả vận động thân thể, vui đùa, học hỏi, ngủ, chơi thể thao hoặc những sinh hoạt thường nhật khác. Có nhiều vận động viên như cầu thủ khúc côn cầu (hockey) (ví dụ như Gary Roberts) và các người được huy chương thể vận hội vẫn có thể tham dự vào các môn thể thao khi họ kiểm soát tốt bệnh suyễn của mình. Điều then chốt để quản lý được bệnh suyễn là **sử dụng thuốc có hiệu quả và tránh những nguyên nhân khơi mào cơn suyễn**.

Bệnh suyễn có thể trị và quản lý được.

Một khi quý vị mang COPD thì khó mà đảo ngược những thay đổi. Người bệnh có thể phát huy việc kiểm soát các triệu chứng và làm giảm số lần bệnh tái phát, nhưng họ vẫn bị nghẹt khí đạo.

Tầm quan trọng khi được hướng dẫn chỉ dạy (Importance of Education)

Bệnh suyễn và COPD cần có thuốc đều đặn để duy trì việc kiểm soát bệnh ngày này qua ngày kia.

Chương trình giáo dục có cấu trúc tổ chức do các hướng dẫn viên được đào tạo sẽ mang đến nhiều điều lợi ích cho các bệnh nhân.

Thông tin về bệnh suyễn trên mạng :

www.calgaryhealthregion.ca/ican/index.html

Xem phim video bằng tiếng Anh về bệnh suyễn hoặc về COPD là một trong số những tiêu đề khác bằng cách vào mạng:

www.calgaryhealthregio.ca và bấm vào khung “human atlas”

Theo tài liệu từ mạng thông tin của Sở Y Tế Calgary và tạp chí Apple