

Asthma (Vietnamese)

# Hen suyễn



Hen suyễn là một bệnh phổ biến của đường hô hấp (các ống dẫn không khí từ miệng và mũi đến phổi). Trong cơn hen suyễn (còn được gọi là từng đợt hoặc bùng phát), đường hô hấp sưng lên và hẹp lại, chứa đầy chất nhầy, khiến người bệnh khó thở.

Bệnh hen suyễn phổ biến hơn ở trẻ em có các thành viên trong gia đình cũng mắc bệnh hen suyễn hoặc các bệnh dị ứng như bệnh chàm và sốt phát ban.

Hen suyễn là một trong những lý do phổ biến nhất khiến trẻ em đi khám bệnh, nghỉ học hoặc nhập viện. Tuy nhiên, hen suyễn có thể được kiểm soát bằng thuốc men để trẻ có cuộc sống năng động bình thường.

## Nguyên nhân gây hen suyễn là gì?

Nguyên nhân của bệnh hen suyễn thường không được biết đến. Nó có thể xảy ra trong các gia đình và một số bệnh hen suyễn của trẻ em có liên quan đến các tình trạng khác như bệnh chàm, sốt phát ban và dị ứng.

Có nhiều thứ có thể gây ra cơn hen suyễn, bao gồm:

- cảm lạnh hoặc nhiễm trùng ở phổi
- dị ứng với mạt bụi, phấn hoa, lông động vật hoặc khói
- thời tiết thay đổi
- cảm xúc/phản ứng mạnh như cười to hoặc căng thẳng.

Nếu đứa trẻ tiếp xúc với khói thuốc lá trong thời kỳ mẹ mang thai và thời thơ ấu, điều này có thể làm tăng nguy cơ phát triển bệnh hen suyễn.

## Các dấu hiệu và triệu chứng

Các dấu hiệu phổ biến của bệnh hen suyễn bao gồm:



thở khò khè (tiếng rít như huýt sáo khi trẻ hít thở)



tức ngực



thở nặng nề



cơn ho không biến mất, đặc biệt là vào ban đêm, sáng sớm hoặc khi tập thể dục.



hụt hơi

Các dấu hiệu và triệu chứng có thể khác nhau giữa các trẻ em và giữa các cơn hen suyễn.



## Chữa trị

Không có cách chữa khỏi bệnh hen suyễn nhưng nó có thể được kiểm soát bằng thuốc.

Bác sĩ của con quý vị sẽ cho quý vị biết loại thuốc nào phù hợp với trẻ. Họ sẽ cung cấp cho quý vị bản *Kế hoạch Hành Động cho Bệnh Hen Suyễn* để giải thích cách thức và thời điểm nào con quý vị nên dùng thuốc hen suyễn.

Thuốc điều trị hen suyễn bao gồm thuốc cắt cơn và thuốc ngừa cơn (được biết với ống thuốc xịt) và steroid (thuốc dạng lỏng).

### Thuốc cắt cơn (ví dụ: Ventolin, Asmol, Bricany)

Con quý vị nên sử dụng thuốc cắt cơn ngay khi có các triệu chứng suyễn hoặc trước khi tập thể dục (nếu được bác sĩ chỉ định). Thuốc cắt cơn:

- được sử dụng khi lên cơn suyễn
- làm giảm các triệu chứng hen suyễn bằng cách nhanh chóng làm mở đường hô hấp
- có tác dụng nhanh và hiệu quả có thể kéo dài đến 4 giờ
- có sẵn tại các tiệm thuốc tây. Quý vị sẽ không cần toa thuốc.

### Thuốc ngừa cơn (ví dụ: Pulmicort, Flixotide, Singulair)

Con quý vị nên sử dụng thuốc ngừa cơn hàng ngày ngay cả khi em khỏe mạnh. Thuốc ngừa cơn làm giảm sự sưng tấy trong đường hô hấp và giúp con quý vị không bị lên cơn hen suyễn. Thuốc ngừa cơn:

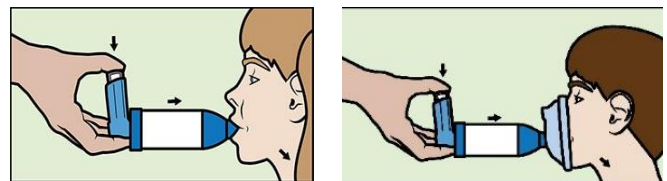
- có thể cần vài tuần mới có tác dụng
- có sẵn tại các tiệm thuốc tây. Quý vị sẽ cần toa thuốc.
- có thể gây nấm trong miệng (nhiễm trùng miệng). Hãy chắc chắn rằng con quý vị súc miệng sạch sẽ sau khi dùng thuốc ngừa cơn để ngăn chặn điều này xảy ra.

### Steroids

Con quý vị chỉ nên dùng steroid theo chỉ dẫn của bác sĩ. Steroid:

- có thể điều trị các triệu chứng hen suyễn ở một số trẻ em trong cơn hen suyễn
- có sẵn tại các tiệm thuốc tây. Quý vị sẽ cần toa thuốc.

Lưu ý: Trẻ phải luôn luôn sử dụng dụng cụ hòa thuốc để hít thuốc từ ống thuốc xịt của em. Bình đệm là vật dụng có hình trụ giúp thuốc đi thẳng vào phổi của con quý vị. Nếu con quý vị gặp khó khăn khi dùng bình đệm với môi của mình, em có thể phải sử dụng mặt nạ.



## Chăm sóc ở nhà

- Đảm bảo rằng con quý vị biết cách sử dụng thuốc men của em và đảm bảo rằng trẻ luôn mang theo bên mình.
- Thực hiện theo Kế hoạch Hành Động cho Bệnh Hen Suyễn của con quý vị.

- Cất giữ bản Kế hoạch Hành Động cho Bệnh Hen Suyễn của con quý vị ở nơi nào mà quý vị có thể dễ dàng tìm thấy. Chia sẻ bản kế hoạch với bất kỳ ai đang chăm sóc con quý vị (ví dụ: người thân, giáo viên).
- Khuyến khích con quý vị tập thể dục (trẻ khỏe mạnh ứng phó tốt hơn với những cơn hen suyễn).
- Giữ con quý vị tránh xa khói thuốc lá.
- Nói chuyện với bác sĩ của quý vị về việc chủng ngừa bệnh cúm (trẻ em bị hen suyễn nặng có nhiều khả năng bị bệnh cúm hơn).

Để nhận được lời khuyên y tế không khẩn cấp, hãy gọi số 13 HEALTH (13 43 25 84) để nói chuyện với y tá đã đăng ký suốt 24 giờ một ngày, bảy ngày một tuần, cho phí của cuộc gọi địa phương.

## Khi nào tới gặp bác sĩ

### Đi gặp bác sĩ gia đình nếu con quý vị:

- đang sử dụng thuốc cắt cơn ít nhất 3 giờ một lần trong hơn 24 giờ.
- thức dậy vào ban đêm với tiếng thở khò khè.

Bác sĩ sẽ lắng nghe ngực của con quý vị và hỏi về các triệu chứng, bệnh dị ứng và tiền sử bệnh của gia đình. Trẻ lớn hơn có thể làm xét nghiệm thở để đo lượng không khí vào và ra khỏi phổi.

Nếu con quý vị đã từng nhập viện vì bệnh hen suyễn, chúng nên đến gặp bác sĩ gia đình trong vòng 7 ngày sau khi trở về nhà và sau đó kiểm tra sức khỏe định kỳ.

### Hãy gọi cho Ba Số 0 (000) ngay lập tức nếu con quý vị:

- khó thở hoặc khó nói chuyện
- môi bắt đầu tím tái
- đang trở bệnh nặng hơn

## Muốn biết thêm thông tin

Hãy xem các video giáo dục về bệnh suyễn của Children's Health Queensland tại trang mạng <https://bit.ly/chqasthma>

National Asthma Council | [www.nationalasthma.org.au](http://www.nationalasthma.org.au)

Do Khoa Cấp Cứu, thuộc Bệnh Viện Nhi Đồng Queensland, soạn thảo. Chúng tôi ghi nhận ý kiến đóng góp của người tiêu dùng và người chăm sóc.

Resource ID: FS055 Reviewed: July 2022

**Tuyên bố từ chối trách nhiệm:** Thông tin này được các chuyên gia chăm sóc sức khỏe tạo ra chỉ nhằm mục đích hướng dẫn và hỗ trợ; thông tin này không thay cho việc tư vấn với bác sĩ hoặc chuyên gia chăm sóc sức khỏe của con quý vị. Thông tin được cập nhật thường xuyên, vì vậy hãy kiểm tra rằng quý vị đang tham khảo phiên bản mới gần đây nhất. Nếu quý vị lo ngại về sức khỏe của con mình, hãy tìm kiếm lời khuyên về y tế, khi thích hợp.