

PHÒNG TRÁNH CÁC YẾU TỐ KHỞI PHÁT CƠN HEN

PGS.TS.LÊ THỊ TUYẾT LAN
TRUNG TÂM CHĂM SÓC HÔ HẤP
BỆNH VIỆN ĐẠI HỌC Y DƯỢC TP HCM

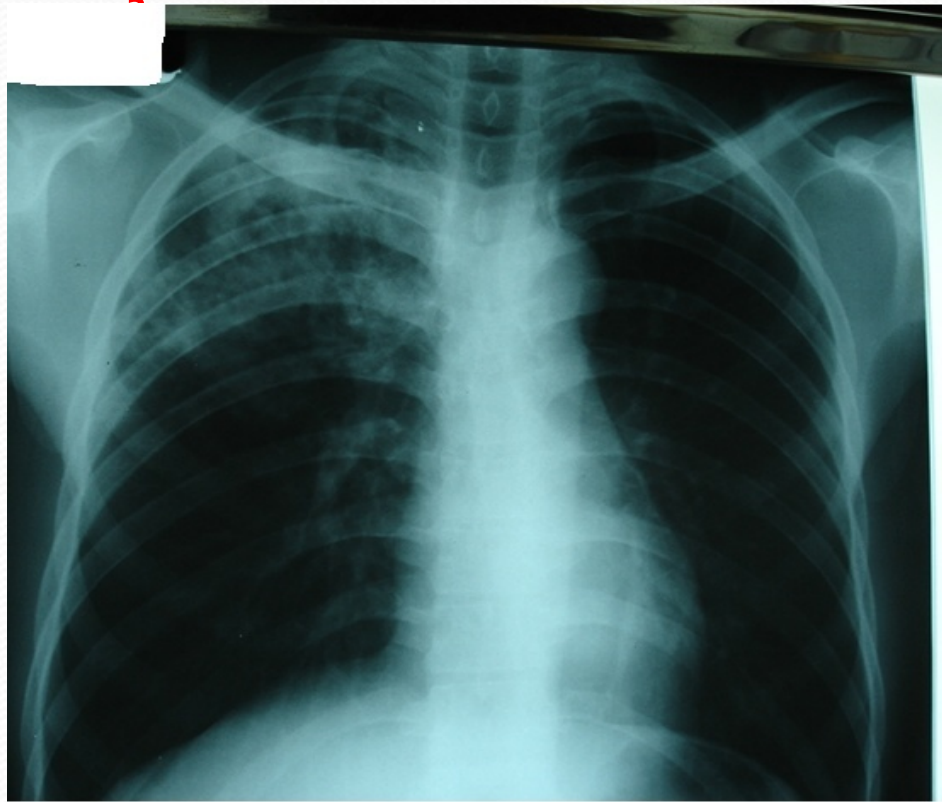
Điều trị hen suyễn hiệu quả

Gồm 3 yếu tố:

- Xác định đúng là hen suyễn
- Thuốc dùng liều, đúng cách
- Phòng tránh các yếu tố khởi phát cơn hen

1 Xác định đúng là hen suyễn

- X-quang phổi: loại trừ lao



Lao tiến triển



Lao khí phế quản

Hô hấp ký: có tắc nghẽn và đáp ứng thuốc dẫn phế quản

KET QUẢ DO CHỨC NĂNG HỒ HẤP

BỆNH VIỆN ĐẠI HỌC Y DƯỢC

Pre vs. Post FVC & SVC Report

TRUNG TÂM CHĂM SÓC HỒ HẤP

Page 1 of 2

Name:	ID: 138856	Birthdate: 01/01/1970
Height at test (cm): 160.0	Sex: Female	Smoking history (pk-yrs):
Weight at test (kg): 64.0	Age at test: 41	Predicted set: Hankinson (NHANES III)

Technician: KTV DINH SANG

Diagnosis:

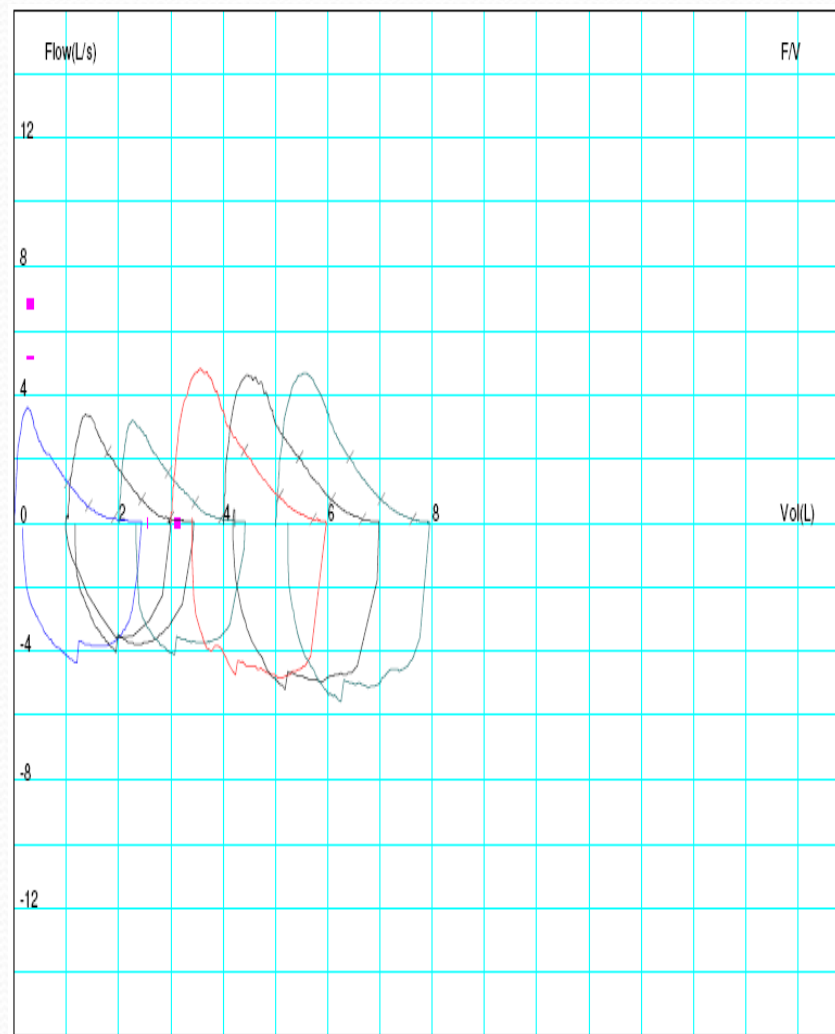
Comments:

Test series date/time: 19/09/2011 03:08 PM

Effort #8 usability caution (ATS/ERS 2005):

Results

Result	Pred	LLN	Pre	%Prd	Post	%Prd	%Chg
SVC (L)	3.13	2.54	≈2.37	76%	3.03	97%	28%
FVC (L)	*3.13	2.54	≈2.44	78%	2.98	95%	22%
FEV1 (L)	*2.55	2.06	≈1.45	57%	2.17	85%	50%
FEV1/FVC	0.81	0.72	≈0.59	73%	0.73	80%	23%
FEV1/SVC			0.61		0.72		
FEV6 (L)	3.50	2.84	≈2.21	63%	2.95	84%	33%
FEF25-75% (L/s)	3.04	1.84	≈0.53	18%	≈1.57	52%	193%
Vext (L)	---	---	0.04	---	0.10	---	168%
IC (L)	---	---	---	---	---	---	---
PEFR (L/s)	6.80	5.14	≈3.63	53%	≈4.85	71%	34%
MVV (L/m)	---	---	---	---	---	---	---



2. Dùng thuốc dùng liều, dùng cách

	Triệu chứng ban ngày	Triệu chứng ban đêm	FEV ₁ , PEF
Bậc 1	< 1 lần /ngày hoặc không triệu chứng	≤ 2 lần/ tháng	≥ 80% dự đoán, độ dao động < 20%
Bậc 2	≥ 1 lần/tuần nhưng < 1 lần / ngày	> 2 lần/ tháng	≥ 80% dự đoán, độ dao động 20-30%
Bậc 3	-Mỗi ngày -Dùng đồng vận β mỗi ngày -Cơ sườn ảnh hưởng đến hoạt động	> 1 lần / tuần	60-80% dự đoán, độ dao động > 30%
Bậc 4	-Liên tục -Hoạt động thể lực bị hạn chế	Thường xuyên	≤ 60% dự đoán, Độ dao động > 30%

Bảng phân bậc của GINA

Cách sử dụng bình xịt định liều Evohaler

1



Mở nắp

2



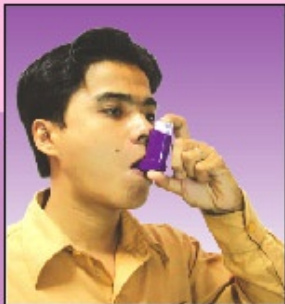
Lắc

3



Thở ra chậm

4



Ngậm kín
miệng ống

5



Hít vào sâu và
ấn đầu ống thuốc

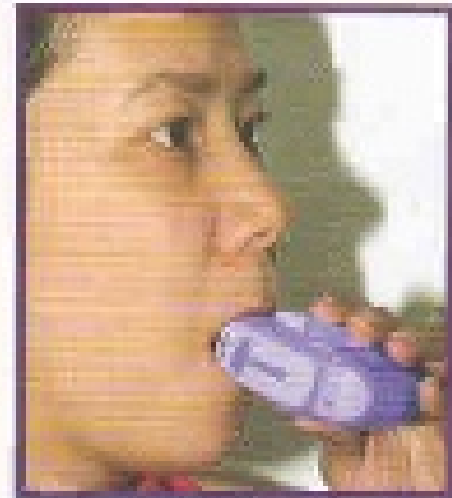
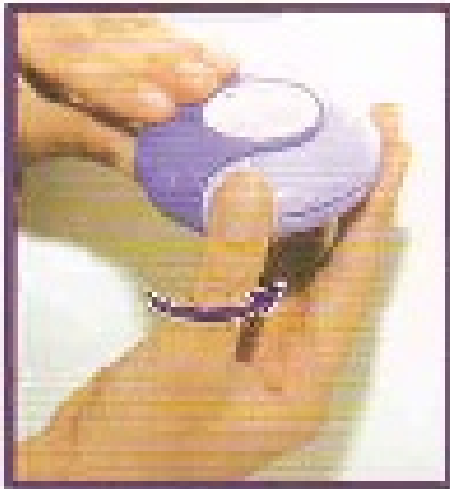
6



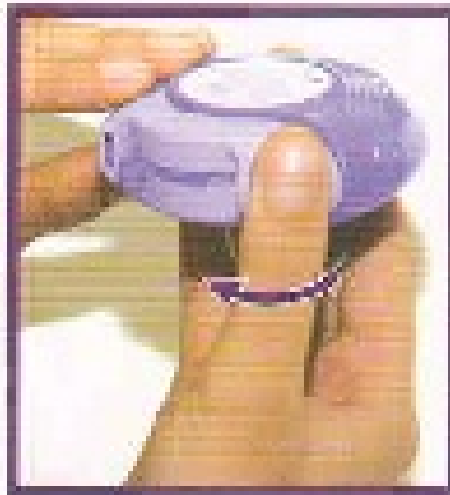
Nín thở 10 giây

Nguyên tắc: Khi nhấn bình xịt đồng thời hít vào
Lưu ý: Súc miệng sau khi xịt thuốc

Cách sử dụng bình hít định liều (ACCUHALER)



Hít vào
chậm và sâu
liên tục
trong 10
giây



Súc miệng
ngay sau khi
hít thuốc

Cách sử dụng bình hít Turbuhaler



BƯỚC 1
Vặn và mở nắp đáy ống thuốc.



BƯỚC 2
• Giữ Turbuhaler® ở vị trí thẳng đứng. Vặn phần đế hết mức về một phía và sau đó vặn ngược trở lại hết mức. Bạn sẽ nghe một tiếng "cách" là 1 liều thuốc đã được nạp vào.
Đối với Turbuhaler mới, thực hiện bước 2 hai lần khi sử dụng lần đầu tiên.



BƯỚC 3
• Thở ra (không thở qua đầu ngậm).
• Ngậm kín ống thuốc.
• Hít vào bằng miệng mạnh và sâu.



BƯỚC 4
• Lấy ống thuốc ra. (Nếu cần dùng thêm một liều, lặp lại từ bước 2 đến bước 4)
• Đậy nắp ống thuốc lại.

3. Phòng tránh các yếu tố khởi phát cơn hen



Thay đổi thời tiết, nhiễm lạnh



Nhiễm trùng hô hấp, cảm cúm



Xúc động



Hoạt động gắng sức



Khói thuốc lá, bếp, nhang, nhà máy



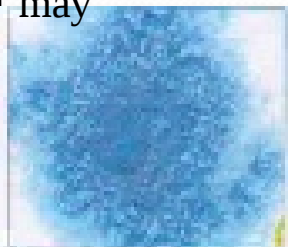
Bụi: đường, vải, phấn



Phấn hoa



Mùi nồng, nước hoa, mùi các loại thuốc xịt phòng, hóa chất



Nấm mốc



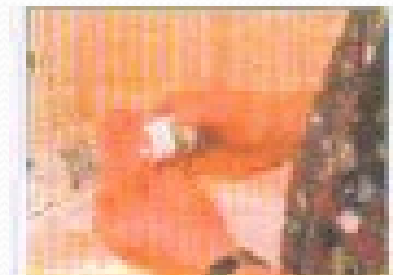
Thú có lông



Gián



Thức ăn lạnh, rượu bia, nước đá



Thuốc Aspirin, giảm đau, kháng viêm

4. Xác định các yếu tố khởi phát cơn hen

- Test lấy da
- Định lượng IgE đặc hiệu trong huyết thanh

**Cám ơn sự theo dõi
của quý vị**



**Trung tâm chăm sóc hô hấp, phòng khám &
Thăm dò chức năng hô hấp**

**Bệnh viện Đại Học Y Dược TP.HCM
215 Hồng Bàng, P.11, Q.5, TP. HCM**

Tel: 84 8 38 59 44 70

Website: www.bvdaihoc.com.vn