# Phương pháp điều trị

# Bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính mới nhất

**Điều trị COPD - bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính***không đơn giản chỉ là dùng thuốc điều trị mà là sự kết hợp đồng bộ của rất nhiều biện pháp khác nhau. Và bạn phải tuân thủ nghiêm ngặt tất cả các biện pháp đó mới có thể kìm hãm sự phát triển của COPD và ngăn ngừa những biến chứng vô cùng nguy hiểm của bệnh.*

## **1. Mục tiêu điều trị bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính**

Bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính COPD là bệnh lý đường hô hấp mãn tính, đặc trưng bởi rối loạn thông khí tắc nghẽn, không có khả năng phục hồi hoàn toàn.

Điều này chủ yếu là do tình trạng viêm nhiễm thường xuyên ở toàn bộ đường dẫn khí và nhu mô phổi, dẫn đến xơ hóa đường thở.

Do vậy, mục tiêu điều trị bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính - COPD gồm:

* Giảm triệu chứng: Giảm các triệu chứng ho, khó thở của bệnh nhân. Cải thiện khả năng gắng sức và cải thiện tình trạng sức khỏe.
* Giảm nguy cơ: Dự phòng bệnh tiến triển. Dự phòng và điều trị cơn kịch phát và giảm nguy cơ tử vong.

## **2. Biện pháp chung điều trị bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính - COPD**

Không đơn thuần chỉ là sử dụng thuốc điều trị như các bệnh thông thường, điều trị COPD là tổng hòa của rất nhiều yếu tố, như ngừng tiếp xúc với yếu tố nguy cơ, cai nghiện thuốc lá, phục hồi chức năng hô hấp,..

Và bạn cần phải làm tốt tất cả các biện pháp này để kiểm soát sự tiển triển và ngăn ngừa những biến chứng nguy hiểm của bệnh.

### **2.1. Ngừng tiếp xúc với yếu tố nguy cơ**

Thuốc lá là nguyên nhân bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính – COPD hàng đầu.

Với rất nhiều chất độc hại, khói thuốc lá sẽ làm suy giảm khả năng phòng vệ của phổi chống lại nhiễm trùng, làm hẹp đường dẫn khí, gây sưng phồng ống khí và phá hủy các túi khí,…

Tất nhiên, có thể bạn không hề chủ động hút thuốc lá mà bạn vẫn mắc phải [bệnh COPD](https://baokhikhang.vn/phoi-tac-nghen-copd).

Nhưng khi chữa trị bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính, bạn cần cố gắng loại bỏ hoàn toàn việc hút thuốc lá chủ động hay thụ động và cả những yếu tố ảnh hưởng đến chức năng của phổi như thuốc lào, bụi, khói bếp rơm, than, củi, khí độc, hóa chất,…để kìm hãm sự tiến triển trầm trọng thêm bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính.

### **2.2. Cai nghiện thuốc lá, thuốc lào**

Cai thuốc, một phần rất quan trọng trong điều trị COPD nhưng thực sự sẽ rất khó khăn để bạn từ bỏ thói quen gây nghiện này.

Tùy vào mức độ hút thuốc của bạn, bác sĩ sẽ chỉ định các thuốc hỗ trợ điều trị cai thuốc lá để làm giảm nhẹ hội chứng cai thuốc và làm tăng tỷ lệ cai thuốc thành công như nicotin thay thế, bupropion, varenicline.

**- Nicotin thay thế**:

* Có rất nhiều lựa chọn cho bạn để sử dụng nicotin thay thế khi hỗ trợ điều trị cai thuốc lá như dạng xịt họng, xịt mũi, viên ngậm, viên nhai hay miếng dán da.
* Thời gian dùng thuốc thì tùy thuộc vào mức độ bạn nghiện thuốc lá thế nào, thông thường là khoảng 2-4 tháng.
* Nicotin thay thế có thể gây kích ứng da khi dán, khô miệng, nấc, khó tiêu khi sử dụng đường uống và nó chống chỉ định ở người bệnh tim mạch có nguy cơ cao ( vừa mới bị nhồi máu cơ tim).

**- Bupropion**:

* Có tác dụng tăng cường giải phóng noradrenergic và dopaminergic ở hệ thần kinh trung ương khiến ham muốn hút thuốc lá bị giảm xuống.
* Với thuốc này, thời gian điều trị là 7-9 tuần, có thể kéo dài tới 6 tháng.
* Không dùng cho người bệnh động kinh, rối loạn hành vi ăn uống, rối loạn tâm thần, dùng thuốc nhóm IMAO hoặc đang điều trị cai nghiện rượu, suy gan nặng.
* Trong tuần đầu, mỗi buổi sáng bạn uống liều 150 mg, từ tuần thứ 2-9 uống 300 mg/ ngày chia 2 lần.

**- Varenicline**:

* Có tác dụng làm giảm sảng khoái khi bạn hút thuốc và giảm cả triệu chứng khi cai thuốc lá.
* Thời gian điều trị với vareniclin trong khoảng 12 tuần, thậm chí có thể kéo dài tới 6 tháng.
* Không dùng cho người suy thận nặng.
* Liều điều trị: Ngày 1-3 mỗi sáng uống 0,5 mg, ngày 4-7 là 1mg/ ngày chia 2 lần sáng-chiều và tuần 2-12 là 2 mg/ngày chia 2 lần sáng-chiều.

### **2.3. Tiêm vacxin phòng chống nhiễm trùng đường hô hấp**

Nhiễm trùng đường hô hấp là một trong những nguy cơ gây đợt cấp bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính. Do đó, tiêm vacxin phòng chống các bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cũng là một bước quan trọng trong điều trị COPD.

Việc tiêm phòng vacxin có thể làm giảm các đợt cấp nặng và giảm tỷ lệ tử vong cho người bệnh.

- Tiêm phòng vacxin cúm vào đầu mùa thu và nhắc lại mỗi năm cho những người bệnh COPD.

- Tiêm phòng vacxin phế cầu mỗi 5 năm 1 lần và được khuyến cáo người bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính giai đoạn ổn định.

### **2.4. Phục hồi chức năng hô hấp cho bệnh nhân COPD**

Mục tiêu điều trị phục hồi chức năng hô hấp là giảm triệu chứng của bệnh, cải thiện chất lượng cuộc sống, gia tăng các hoạt động thể chất và xã hội trong đời sống hàng ngày cho bạn.

Bác sĩ sẽ đánh giá tình trạng bệnh của bạn và đưa ra một chường trình điều trị hiệu quả nhất cho riêng bạn, gồm tập vận động, giáo dục sức khỏe và thay đổi hành vi thái độ nhằm cải thiện tình trạng thể chất, tâm lý người bệnh COPD và khuyến khích tuân thủ điều trị lâu dài.

Chương trình phục hồi chức năng hô hấp nên được thực hiện ở tất cả những bệnh nhân bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính ngay cả ở giai đoạn sớm.

Đặc biệt là ở những trường hợp sau:

* Khó thở và các triệu chứng hô hấp mạn tính.
* Chất lượng cuộc sống kém, giảm tình trạng sức khỏe chung.
* Khó khăn trong thực hiện sinh hoạt hàng ngày.
* Lo âu, trầm cảm.
* Suy dinh dưỡng.
* Tăng sử dụng các dịch vụ y tế như nhập viện, thăm khám nhiều lần,…
* Rối loạn trao đổi khí bao gồm hạ oxy máu.

Không thực hiện chương trình phục hồi chức năng hô hấp ở những bệnh nhân COPD sau:

* Có vấn đề về chỉnh hình hoặc thần kinh làm hạn chế khả năng di chuyển hoặc phối hợp động tác trong lúc vận động.
* Độ khó thở mMRC ≥ 4.
* Mắc các bệnh tâm thần, bệnh tim mạch khong ổn định.

### **2.5. Thuốc điều trị COPD**

Thuốc chữa trị bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính được chia thành 2 nhóm:

* Nhóm thuốc dự phòng có tác dụng kiểm soát các triệu chứng, kìm hãm sự phát triển của bệnh và giảm số lần xuất hiện các đợt cấp, mức độ nặng của các đợt cấp ấy.
* Nhóm thuốc cắt cơn là những thuốc có tác dụng nhanh, sớm cắt nhanh các triệu chứng đợt cấp COPD kịch phát.

Mỗi nhóm thuốc này lại gồm nhiều nhóm nhỏ khác nhau, chứa nhiều loại thuốc khác nhau.

Cách điều trị bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính với các thuốc nào là tùy thuộc vào tình trạng bệnh của bạn, chứ hiện chưa có chiến lược thuốc nào là tốt nhất cho tất cả mọi người.

### **2.6. Các điều trị khác cho bệnh nhân COPD**

* Thường xuyên vệ sinh mũi họng.
* Giữ ấm cổ ngực về mùa lạnh.
* Phát hiện sớm và điều trị kịp thời các nhiễm trùng tai mũi họng và răng hàm mặt.
* Phát hiện và điều trị các bệnh đồng mắc của bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính.

Tuân thủ theo cách điều trị COPD - bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính trên đây sẽ giúp bạn có thể kiểm soát tốt tình trạng bệnh và cuộc sống chung với COPD cũng sẽ trở nên dễ dàng hơn.