

---

## HO DO BỆNH SUYỄN

### HỎI:

Tôi bị ho kéo dài đã sáu tháng nay, uống nhiều thứ thuốc ho mua ngoài chợ mà không khỏi. Tôi cũng đã đi khám và chụp hình phổi nhưng không thấy gì. Gần đây tôi thấy bị khò khè kéo dài mỗi buổi tối và hơi khó thở. Xin bác sĩ cho biết chứng ho của tôi do bệnh gì gây ra và cách chữa trị ra sao?

Trần Thị A. L.

### ĐÁP:

Ho kéo dài và trở thành kinh niên như bà tả rất thường thấy và tương đối phức tạp vì có thể do nhiều thứ bệnh gây ra. Chứng ho nếu do cảm cúm gây ra thường chỉ kéo dài vài ngày hay một hai tuần là nhiều và có thể trị liệu bằng những thứ thuốc ho thông thường. Tuy nhiên nếu ho kéo dài như trường hợp của bà đã cả 6 tháng cần phải khám nghiệm cẩn thận để tìm ra nguyên nhân.

Một trong những nguyên nhân quan trọng nơi người Việt Nam, nhất là những người mới sang Hoa Kỳ tỵ nạn hay đoàn tụ gia đình là bệnh lao phổi. Người Việt nếu sinh trưởng tại Việt Nam khoảng 80% số người thường đã tiếp xúc với vi trùng lao trong quá khứ nên mỗi lo ngại về bị bệnh lao là chính đáng.

Để biết có bị lao phổi hay không cần phải chụp hình phổi, thử nghiệm lao trên da không có giá trị vì phần lớn người Việt thử đều có phản ứng dương nên chụp hình phổi là điều phải làm.

Nếu hình phổi có dấu hiệu lao phải thử đàm để tìm vi trùng lao và chữa trị. Trường hợp của bà chụp hình phổi tốt nên đã loại trừ được bệnh lao phổi là nguyên nhân của chứng ho kinh niên.

Một số bệnh nhiễm trùng khác cũng có thể làm ho kéo dài nếu chữa trị không đúng. Như các loại vi trùng Mycoplasma,

Chlamydia... khác với các bệnh nhiễm trùng làm sưng phổi khác như Streptococcus, Hemophilus là các vi trùng này có thể gây bệnh kéo dài rất lâu nếu uống loại trụ sinh không đúng và không trị dứt các loại vi trùng này được và sẽ làm ho kéo dài.

Tuy nhiên bị sưng phổi do các loại vi trùng này thường có các triệu chứng khác đi kèm và nếu nghi bị chứng sưng phổi do các vi trùng này, dùng trụ sinh như Erythromycin, Clarithromycin sẽ làm hết bệnh và hết ho.

Một số người có thể bị viêm phế quản vì cực vi trùng và làm ho kéo dài khá lâu. Như những người về mùa đông hay bị cúm và sau khi hết cúm, màng nhày phế quản có thể vẫn còn viêm và dễ bị kích thích gây ra các phản xạ về ho kéo dài kinh niên hàng tháng trời.

Vì thế những người này nên chích ngừa cúm mỗi năm vào khoảng tháng 10, tháng 11 để ngừa bệnh cúm và tránh cho phế quản không bị ảnh hưởng của cực vi trùng cúm này làm ho mỗi năm kéo dài.

Ngoài những bệnh về nhiễm trùng như kể trên, một nguyên nhân làm ho kinh niên hay thấy

là chứng viêm thực quản do nước chua trong bao tử chạy ngược lên (reflux esophagitis). Những người này bị yếu cơ vòng tại cổ giữa bao tử và thực quản nên nước chua trong bao tử có chất hydrochloric acid chạy ngược lên làm viêm thực quản, đồng thời tạo ra phản xạ làm co thắt khí quản và làm ho.

Một số trường hợp nặng chất chua bao tử có thể rơi vào khí quản làm viêm khí quản hay đôi khi gây ra sưng phổi gọi là aspiration pneumonia. Những bệnh nhân này bị ho kinh niên và có thêm các triệu chứng khác như hay ợ chua, rát lồng ngực vì nước chua chạy ngược lên trên thực quản trong lồng ngực.

Đặc biệt ăn những đồ ăn cay, đồ chua, đồ mỡ, uống rượu bia, uống nước ngọt có hơi nhiều như Coca, Sprite, mặc quần áo quá chặt, ăn xong đi nằm ngay không chịu vận động để tiêu cơm... sẽ bị ợ chua nhiều và nếu bị phản xạ ho sẽ thấy cơn ho lên nhiều và nặng hơn.

Số người Việt bị chứng này cũng khá nhiều vì vấn đề ăn uống, dân Việt ăn cay, ăn đồ chua, đồ mỡ, đồ mỡ nhiều nên cũng dễ bị chứng nước chua chạy ngược reflux và gây ra các triệu chứng như đã tả trên. Chữa trị chứng này phải thay đổi cách ăn uống, nằm ngủ để kê giường đầu lên cao, uống thuốc hạ chất chua như Prilosec, Prevacid, Zantac... và thuốc làm sự co thắt của bộ tiêu hóa tốt hơn và cơ vòng của thực quản mạnh hơn như Reglan....

---

---

Những người bị ho kinh niên do chứng reflux này gây ra nếu chữa trị đúng cách về bệnh này như kể trên thường sẽ thấy rất hiệu quả và chứng ho kinh niên cũng sẽ bớt hay khỏi hẳn.

Nguyên nhân quan trọng khác của ho kinh niên, kéo dài quá lâu là do bệnh viêm khoang mũi kinh niên làm nước nhờn tiết ra nhiều, chảy xuống cổ họng và khí quản làm kích thích và gây ra phản xạ ho. Những nước nhờn chảy xuống này gọi là post nasal drip, có thể do nhiễm trùng những phần lớn trường hợp do dị ứng gây ra.

Những người bệnh này có các triệu chứng về mũi của dị ứng như nghẹt mũi, hắt hơi, sổ mũi, ngứa mũi, đồng thời thêm triệu chứng của bệnh khoang mũi kinh niên như hay nhức đầu, thấy căng căng bên sống mũi, hai bên gò má. Nước nhờn chảy xuống cổ họng nhiều làm bắt khặc hay bắt hắng giọng thường xuyên. Nếu khí quản dễ bị kích thích, các phản xạ do chất nhờn này sẽ bắt ho kinh niên.

Tuy nhiên nếu chứng ho kinh niên này đi kèm thêm với các triệu chứng như thấy khò khè, thở nghe rít rít, thấy khó thở lúc thở ra, không phải lúc hít vào, phải đi khám cẩn thận để xem có bị suyễn hay không. Rất nhiều trường hợp bệnh suyễn bắt đầu từ từ và chỉ có triệu chứng ho kéo dài, kinh niên, đôi khi cả năm trời trước khi thành suyễn hẳn và bị nặng.

Vì thế ho kinh niên nếu đã loại trừ các bệnh như đã nói ở phần đầu, phải thử nghiệm để xem có phải ho do suyễn hay không? Thường khám nghiệm

nếu nghe tiếng khò khè khi thở ra gọi là expiratory wheezes là có suyễn. Muốn biết chính xác phải đo hô hấp gọi là spirometry hay pulmonary function.

Một số trường hợp khó định bệnh cần phải làm thử nghiệm gọi là methacholine challenge, cho thở chất hơi methacholine vào khí quản và đo mức thở ra trong giây đầu tiên gọi là FEV-1 để định bệnh chính xác. Tuy nhiên, thử nghiệm methacholine challenge này rất ít khi cần đến và thường dùng để khảo cứu nhiều hơn.

Các người bệnh bị ho kinh niên vì bệnh suyễn cũng cần phải thử về dị ứng để xem có phải ho và suyễn do dị ứng gây ra hay không. Nếu thử nghiệm về dị ứng trên da cho biết có dị ứng nhiều cũng sẽ phải chữa trị dị ứng mới có hiệu quả được. Ngoài ra một khi đã định được bệnh ho kinh niên do suyễn gây ra sẽ phải dùng thuốc để chữa suyễn.

Những loại thuốc chữa suyễn có thể dùng thuốc xịt như Proventil, Ventolin... cho những trường hợp nhẹ. Nếu suyễn nhiều hơn phải dùng thêm thuốc xịt loại steroid để chống viêm trong khí quản như các loại thuốc Vanceril-DS, Flovent...hay loại thuốc xịt Cromolyn để làm các tế bào mast cell không bễ và gây ra dị ứng.

Nặng hơn sẽ phải dùng thuốc uống như các thuốc làm dẫn nở khí quản như thuốc Theophylline, thuốc Albuterol. Nặng nữa, sẽ cần đến thuốc uống loại steroid như Prednisone.

Hiện nay có một loại thuốc mới tương đối khá công hiệu để trị suyễn là loại thuốc chống hóa chất leukotrienes là các chất hóa học tiết ra gây ra viêm và co thắt khí quản làm suyễn.

Các loại thuốc này như Accolate, Singulair dùng thêm vào với các thuốc trị suyễn như đã nói ở trên sẽ làm suyễn giảm đi nhiều và tương đối ít gây ra phản ứng phụ làm khó chịu như những loại thuốc chữa suyễn cũ như Theophylline hay làm ói mửa, đau bao tử, hay loại Albuterol làm hồi hộp... nên bắt đầu được dùng nhiều hơn để chữa suyễn.

Tóm lại, một trong những nguyên nhân của chứng ho kinh niên là bệnh suyễn nên sau khi đã loại trừ các bệnh gây ra ho kéo dài, phải để ý đến bệnh suyễn lúc mới bắt đầu có thể chỉ có triệu chứng là ho kinh niên và phải dùng thuốc chữa suyễn mới làm hết chứng ho này được. Những người bệnh bị ho lâu như thế cần phải đi khám nghiệm kỹ lưỡng để định bệnh chính xác và để chữa trị đúng cách cho được hiệu quả hơn.

BS Nguyễn Đình Phùng