

---

Ho kéo dài lâu

Hỏi:

Hàng năm vào mùa đông tôi hay bị ho kéo dài cả hai ba tháng. Uống thuốc ho mua ngoài chợ không ăn nhằm gì. Uống trụ sinh cũng không công hiệu. Đêm thường bị mất ngủ vì ho sặc sụa, đàm thường kéo lên chặn cổ. Mỗi khi thẳng con trong nhà hút thuốc lá tôi lại bị ho nặng thêm nên tôi cấm không cho nó hút thuốc. Nhưng chỉ ngửi mùi thuốc lá từ quần áo nó tôi cũng bị nổi cơn ho! Ngay cả mùi nước hoa vợ tôi sức nhiều quá cũng làm tôi bị ho!

Xin bác sĩ cho biết bệnh ho dai dẳng của tôi do đâu gây ra? Có cách gì chữa tuyệt nọc bệnh ho này không? Tôi năm nay 67 tuổi, có bị bệnh áp huyết cao và bệnh bao tử kinh niên phải uống thuốc mỗi ngày.

Trương Văn T.

Đáp:

Ho là triệu chứng thông thường nhất của bệnh đường hô hấp. Ho cấp tính hay nhất thời thường chỉ kéo dài từ vài ngày đến ba tuần, hay do các bệnh nhiễm cục vi trùng cảm, cúm. Nếu hơn ba tuần, ho trở thành kinh niên và phải tìm nguyên nhân gây ra cơn ho kéo dài để chữa trị.

Ba nguyên nhân chính gây ra ho kinh niên là bệnh ho do chảy nước từ mũi hay khoang mũi xuống gọi là post nasal drip syndrome, bệnh suyễn chỉ gây ra ho gọi là cough-variant asthma và bệnh cuống bao tử làm nước chua chảy ngược gọi là gastro-esophageal reflux.

Bị một trong ba thứ bệnh trên cũng đủ để làm ho kinh niên nhưng nhiều người bệnh có thể bị hai hay ba nguyên nhân trên cùng đi kèm và càng làm ho nhiều hơn hay khó chữa hơn! Trước hết về bệnh chảy nước từ mũi hay khoang mũi làm ho, post nasal drip syndrome. Bệnh này xảy ra ở những người nhạy cảm dễ bị phản xạ ho khi nước mũi chảy xuống cổ họng làm kích thích những trung khu tiếp nhận của phản xạ ho (cough receptors).

Thông thường nhất là những người bị dị ứng mũi kinh niên, nước nhờn từ mũi hay khoang mũi chảy xuống liên tục gây kích thích và làm ho. Ngoài ra nếu bị nhiễm trùng

khoang mũi cũng hay bị hợp chứng post nasal drip này.

Người bệnh lúc nào cũng có cảm giác nước nhờn từ trên chảy xuống làm phải tăng hắng hay hắng giọng thường xuyên. Nếu soi đèn nhìn cổ họng, có thể thấy màng nhày của cổ họng dày lên lờm chờm như đá trái mặt đường. Ngoài triệu chứng ho kinh niên, thường có thêm những triệu chứng của dị ứng mũi hay nhiễm trùng khoang mũi, mũi bị nghẹt, chảy nước...

Cách chữa là dùng thuốc antihistamines đi kèm với thuốc decongestants để làm khô và làm teo màng nhày lại. Tuy nhiên nếu bị nhiễm trùng khoang mũi sẽ phải dùng trụ sinh khoảng vài tuần để chữa cho hết vi trùng gây ra nhiễm trùng. Hoặc nếu bị dị ứng sẽ phải chữa chuyên môn về dị ứng bằng cách chích thuốc immunotherapy để chữa bệnh.

Nguyên nhân thứ hai làm ho kinh niên là suyễn. Một số người bị suyễn lúc giai đoạn đầu thường chỉ có triệu chứng ho kéo dài, không bị những triệu chứng nặng khác của bệnh suyễn nên không để ý đến và không được định bệnh chính xác là do suyễn gây ra. Lý do là lúc đi khám bệnh, chỉ có một triệu chứng duy nhất là ho kéo dài, ngoài ra nghe phổi không thấy dấu hiệu khò khè hay làm thử nghiệm khác cũng không thấy gì về suyễn.

Tuy nhiên nếu nghi là ho kinh niên do suyễn gây ra như trường hợp của câu hỏi đầu bài: đêm ngủ thấy có kéo đàm, ngửi mùi thuốc lá hay mùi kích thích nhiều như nước hoa, deodorant, mùi thuốc xịt dán, xịt kiến...dễ làm ho tăng thêm; sẽ giúp cho chẩn đoán là bệnh ho kinh niên do suyễn.

Cách chữa cũng như chữa suyễn, dùng thuốc xịt để nở cuống phổi như albuterol hay loại steroid hít như Flovent. Một thuốc mới hợp chung hai loại này là Advair rất có hiệu quả. Trường hợp một số người dùng thuốc hít vào lại làm bị ho nhiều hơn có thể uống thuốc như loại albuterol viên hoặc thuốc uống Singulair sẽ có nhiều công hiệu để chữa bệnh ho kinh niên do suyễn này.

Nguyên nhân thứ ba hay làm ho kinh niên là bệnh nước chua chảy ngược, gastro-esophageal reflux. Bệnh này do cơ vòng của thực quản yếu làm nước acid chảy ngược từ bao tử lên trên gây ra kích thích phản xạ của dây thần kinh vagus, kiểm soát hoạt động của thực quản và đường hô hấp. Phản xạ này làm ho kinh niên.

Tuy nhiên cũng đôi khi nước chua chạy tọt từ thực quản vào khí quản gọi là aspiration sẽ làm ho, nếu bị nhiều có thể làm sưng phổi. Điều đặc biệt là 75% những bệnh nhân bị ho kinh niên do cơ chế này chỉ có một triệu chứng duy nhất là ho, ngoài ra không có triệu chứng nào khác về thực quản hay bao tử nên việc định bệnh dễ gây ra nhầm lẫn!

Chữa ho kinh niên do bệnh nước chua chảy ngược phải dùng những thuốc làm ngăn chặn tiết ra acid gọi là proton pump inhibitors như Prevacid, Nexium...Tuy nhiên phải dùng lượng thuốc cao, có thể phải là gấp đôi liều thuốc vẫn dùng để chữa viêm thực quản hay bệnh loét bao tử. Ngoài ra phải chữa kéo dài đôi khi đến 2-3 tháng mới thấy hiệu quả nhiều và chữa được loại ho kinh niên do nước chua chảy ngược này.

Ngoài ba nguyên nhân chính kể trên, một nguyên nhân khác cũng không kém phần quan trọng là phản ứng phụ của thuốc áp huyết. Thuốc chữa áp huyết rất thông dụng và được dùng nhiều hiện nay là loại ACE inhibitors ngăn chặn phân hóa tố angiotensin converting enzyme làm hạ áp huyết như thuốc Vasotec hay enalapril, Zestril hay lisinopril, benazepril, monopril, Altace...Khoảng 20-25% bệnh nhân dùng thuốc này có thể bị phản ứng phụ là ho kinh niên.

Chúng ho có thể xảy ra sau vài ngày, vài tuần hay cả vài tháng sau khi uống thuốc áp huyết nên người bệnh không biết mình bị phản ứng thuốc, chỉ thấy uống đủ loại thuốc ho cũng không khỏi. Chỉ khi nào ngừng không uống thuốc áp huyết loại này nữa mới hết ho, trung bình cũng phải khoảng 3 tuần sau mới hết ho hẳn. Thường những người bệnh này phải đổi sang loại thuốc áp huyết khác gọi là loại angiotensin

---

---

receptor antagonist như Cozaar, Atacand, Benicar... để thay loại ACE inhibitors và giữ cho áp huyết thấp.

Đối với người Việt Nam tỵ nạn lớn tuổi, sinh trưởng tại quê hương, thường có phản ứng lao PPD dương nên nếu ho lâu, một trong những thử nghiệm phải làm sẽ là chụp hình phổi để xem có bị lao phổi hay không? Ngoài ra những người hút thuốc lá cũng sẽ phải chụp hình để tìm ung thư phổi, nhất là nếu có những triệu chứng khác đi kèm như sụt ký, ho ra máu...

Tóm lại chứng ho kinh niên cần phải được khám nghiệm kỹ lưỡng để tìm nguyên nhân và chữa trị cho đúng cách. Phần lớn trường hợp sẽ do các nguyên nhân tả ở phần trên, tuy một số người bệnh có thể bị chung hai hay ba thứ gây ra. Chữa trị sẽ tùy thuộc vào việc chẩn đoán các bệnh chính căn nguyên của ho kinh niên và tùy theo nguyên nhân nào để chữa. Một số trường hợp sẽ cần phải chữa khá lâu mới có thể dứt hẳn chứng ho dai dẳng và kinh niên này được.

BS Nguyễn Đình Phùng

---