

Bệnh Suyễn Là Gì?

**Kiến thức căn bản
dành cho trẻ em và
gia đình**

Nguyên nhân gây bệnh suyễn là gì?

Không một ai thực sự biết con người bị bệnh suyễn do nguyên nhân gì, nhưng chúng ta biết rõ rằng nhiều người bị mắc bệnh này. Cứ 10 trẻ em thì có khoảng 1 cháu bị mắc bệnh này. Có nghĩa là có khoảng 3 đứa trẻ trong lớp học bị bệnh suyễn giống bạn! Bệnh này xuất phát ở nhiều nơi – trong thành phố lớn, thị trấn nhỏ, và cả ở những trang trại nữa! Chúng ta cũng biết rằng dù bệnh này gây ra khó chịu cho bạn, nhưng trong hầu hết trường hợp, đây không phải là bệnh nghiêm trọng.

Mọi đứa trẻ bị bệnh suyễn đều cần đến khám người chăm sóc sức khỏe ít nhất một lần mỗi năm. Bạn có thể cùng với bác sĩ lập kế hoạch về những việc phải làm khi lên cơn suyễn cũng như khi bình thường. Để kiểm soát bệnh suyễn, bạn có thể:

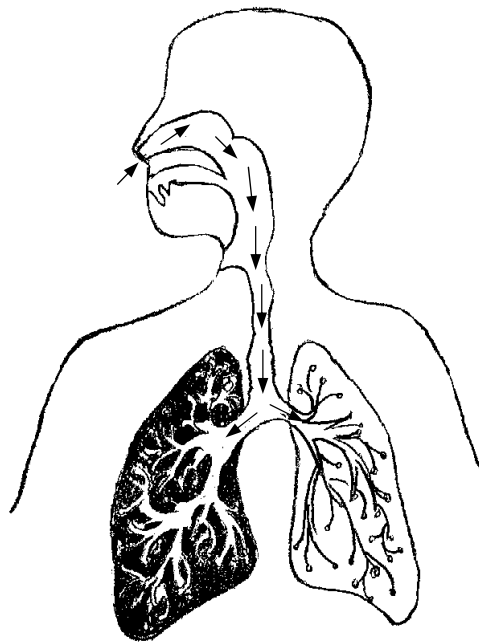
- Không đến gần những thứ có thể gây cơn suyễn. Những thứ này được gọi là những tác nhân gây bệnh suyễn. Mỗi người có những tác nhân khác nhau, và bạn cần phải tìm hiểu xem tác nhân của bạn là gì.
- Mang theo thuốc và ống đệm khi đi bất cứ đâu. Hầu hết trẻ sử dụng ống thuốc hít theo liều với một ống đệm, hoặc đĩa hít (diskus), hoặc ống hít bột khô (turbohaler). Một số trẻ sử dụng máy bơm khí dung (nebulizer). Bạn sẽ phải tập nhiều lần mới thông thạo cách dùng những dụng cụ này.
- Tìm hiểu những triệu chứng trong cơ thể báo hiệu mình sắp bị lên cơn suyễn.
- Thông báo cho người lớn biết nếu bệnh suyễn của mình trở nên trầm trọng hơn.



Những gì xảy ra khi tôi lên cơn suyễn?

Khi hít thở, không khí ra vào phổi thông qua những ống dẫn khí. Có ba điều xảy ra khi bạn lên cơn suyễn:

1. Các ống dẫn khí trong phổi bị sưng lên.
2. Các cơ xung quanh ống dẫn khí bị co lại.
3. Phổi sinh ra đờm.



**Đường hô hấp
bình thường
(được mở thông)**

**Đường hô hấp khi lên
cơn suyễn
(bị co lại, đóng kín)**

Khi những điều này xảy ra, bạn sẽ cảm thấy ngực mình bị căng ra và rất khó thở, và có thể bị ho hoặc “thở khò khè”. Thở khò khè là khi thở, bạn phát ra âm thanh như huyết sáo. Điều này làm cho bạn khó nói chuyện, và có thể bị thức giấc ban đêm vì ho. Một cơn suyễn có thể xảy ra nhanh, chỉ trong vài phút, hoặc có thể lên từ từ qua vài tiếng đồng hồ.

Tôi phải làm gì khi lên cơn suyễn?

Nếu bị bệnh suyễn, bạn cùng người chăm sóc sức khỏe phải lập kế hoạch cho mình. Bạn cần sử dụng kế hoạch này trong trường hợp lên cơn suyễn.

Tôi phải giải thích cho những đứa trẻ khác về bệnh suyễn của mình như thế nào?

Hầu hết trẻ bị bệnh suyễn có thể hoạt động không khác gì những trẻ em bình thường. Chúng chỉ cần cẩn thận hơn một chút là được. Có lẽ bạn không cần nói cho bạn bè biết mình bị bệnh suyễn. Nhưng nếu có nói, bạn chỉ cần giải thích rằng đôi lúc mình khó thở hơn và những lúc đó thì phải dùng thuốc.

Hãy ghi nhớ những điều sau đây

- Bạn không làm lây lan bệnh. Không ai có thể “bị nhiễm” bệnh suyễn từ bạn. Bạn vẫn có thể ôm hôn gia đình và bạn bè của mình.
- Bạn không phải là người ốm yếu. Cơ thể khỏe hay yếu đều có thể bị mắc bệnh suyễn, cũng như người khỏe mạnh có thể bị mắc bệnh thủy đậu hay cảm cúm. Thực ra, nhiều vận động viên tầm cỡ thế giới cũng bị mắc bệnh suyễn. Thí dụ, danh thủ bóng bầu dục Chad Brown, vận động viên bơi lội đạt huy chương vàng Olympic Megan Jendrick và vận động viên điền kinh Jackie Joyner-Kersey cũng bị mắc bệnh suyễn.
- Bạn mắc bệnh suyễn không phải vì những điều mình đã làm. Bạn không có lỗi gì trong việc này.
- Nếu bạn bị bệnh suyễn, điều quan trọng nhất cần biết là: Bạn vẫn có thể làm hầu như bất cứ việc gì.

Để Biết Thêm Thông Tin

- Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Y Tế Cho Con Quý Vị
- www.seattlechildrens.org

Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle cung cấp dịch vụ thông dịch miễn phí cho các bệnh nhân, thành viên gia đình và đại diện hợp pháp bị điếc, khiếm thính, hay không biết nói tiếng Anh. Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle sẵn sàng cung cấp thông tin này bằng hình thức khác tùy theo yêu cầu. Hãy gọi Trung Tâm Trợ Giúp Gia Đình theo số 206-987-2201.

Bản tin này đã được nhân viên phòng mạch tại Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle kiểm tra lại. Tuy nhiên, con quý vị có thể có những nhu cầu riêng. Trước khi quý vị làm theo hoặc dựa vào thông tin này, hãy thảo luận với nhân viên chăm sóc sức khỏe của con mình.

© 2001, 2003, 2006, 2010 Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle, Washington giữ tất cả bản quyền.

6/10
Trans (rkn/hnn)
PE293 V