
TRỊ LIỆU BỆNH SUYỄN

HỎI:

Tôi bị bệnh suyễn khi còn nhỏ nhưng khi lớn thì hết, đã được 40 năm nay. Nhưng từ khi sang đến Mỹ do con tôi bảo lãnh, tôi bị suyễn trở lại, nhất là vào mùa đông và những ngày trời ẩm ướt, u ám. Tôi có dùng mấy thứ thuốc xịt mua ở ngoài chợ không cần toa nhưng không thấy đỡ gì cho lắm. Gần đây tôi hầu như lên cơn suyễn mỗi đêm. Xin bác sĩ cho biết tôi cần dùng thêm thuốc gì cho đỡ suyễn và có cách nào trị cho dứt hẳn hay không?

Trần Văn T.

ĐÁP:

Bệnh suyễn là bệnh của đường khí quản, gây nên do viêm và do sự co thắt của các bắp thịt bọc quanh đường hô hấp, làm nghẹt ống khí quản. Người bệnh thở khò khè, hít vào thì dễ nhưng thở ra khó khăn và gây nên những tiếng kéo.

Suyễn có thể xảy ra dưới dạng kinh niên hay cấp tính. Khi cơn suyễn lên nặng và cấp tính, người bệnh có thể bị suy hô hấp, phải điều trị cấp cứu ngay bằng cách cho ống thở và giúp thở bằng máy vì nếu không có thể chết vì suyễn lên quá nặng.

Tuy nhiên phần lớn các trường hợp suyễn xảy ra ở dưới dạng kinh niên và hay đi kèm với bệnh dị ứng. Khoảng 25% những người bị dị ứng cũng bị thêm bệnh suyễn. Một số người bị ho kinh niên có thể do dị ứng gây ra và là một hình thức suyễn nhẹ.

Một số người bị bệnh suyễn nhưng không bị dị ứng và bị lên suyễn do những kích thích của môi trường ngoại giới như ô nhiễm không khí do các chất ozone, nitrogen dioxide, sulfur dioxide..., khói xe, mùi vị nhiều, ẩm thấp...

Nhiều người bị lên suyễn sau khi bị bệnh nhiễm trùng của đường hô hấp, đặc biệt các loại cực vi trùng như cúm (influenza), cực vi trùng RSV (respiratory syncytial virus) hay cả những cực vi trùng gây ra cảm thường (common cold) như rhinovirus... Những cực vi trùng này hay gây ra bệnh vào mùa lạnh nên người bị suyễn thường bị lên suyễn nhiều và bị nặng vào mùa đông.

Một số bệnh nhân bị suyễn do công việc làm. Thường thấy nhất là những người tiếp xúc với những chất hóa học như toluene, phthalic acid, trimellitic acid, chất nhuộm (dyes)... trong cơ xưởng, hay thuốc giặt trong nghề giặt ủi, nghề mộc như đồ mộc dùng gỗ cây cedar, nghề nông, thực phẩm như phản ứng với chất bột, các hạt như castor bean, hạt cà phê, các loại gum...

Đặc biệt nhiều người lên suyễn sau khi bị phản ứng với thuốc. Quan trọng nhất là aspirin. Khoảng 10% người bị suyễn có thể bị phản ứng với aspirin rất nặng. Một số bệnh nhân có thể lên suyễn nhanh chóng nếu uống phải aspirin hay thuốc có chứa aspirin như thuốc Dristan, Alka-Seltzer... Vì thế người bị suyễn nên tránh dùng thuốc aspirin.

Một số chất phẩm như chất tartrazine hay chất hoá học giữ

cho đồ ăn khỏi hư hỏng như loại sulfites, có thể gây nên suyễn vì thế những bệnh nhân bị suyễn nên tránh ăn uống đồ ăn có phẩm nhiều hay những thứ thực phẩm có chất sulfites.

Nhiều bệnh nhân có thể lên suyễn do vận động nhiều, nhất là ở trẻ em, gọi là exercise-induced asthma. Sau khi chạy, chơi bóng... các em này lên cơn suyễn, phải dùng thuốc xịt để hạ suyễn. Những bệnh nhân này thường nên dùng thuốc xịt trước khi vận động, thể dục để ngừa những cơn suyễn lên sau khi vận động này.

Suyễn thường hay thấy trong cùng một gia đình và có tích cách di truyền tuy không được rõ rệt lắm. Điều đặc biệt hay thấy xảy ra là suyễn thường thấy ở tuổi nhỏ, nhưng đa số trường hợp sẽ đỡ đi nhiều hay không còn thấy triệu chứng gì của suyễn khi lớn lên. Tuy nhiên đến lúc về già, những người này dễ bị suyễn trở lại và khi bị, thường là suyễn nặng hơn hồi còn trẻ.

Đối với những người hút thuốc lá, nếu bị suyễn sẽ bị nặng hơn nhiều vì thuốc lá ảnh hưởng trực tiếp làm viêm và co thắt khí quản. Vì thế nếu bị suyễn nên tuyệt đối không được hút thuốc lá. Không những thế, còn phải tránh những chỗ đông người và có người hút thuốc.

Trị liệu bệnh suyễn thường tùy theo từng giai đoạn, nặng hay nhẹ của bệnh suyễn. Nếu chỉ bị suyễn nhẹ, lâu lâu mới lên cơn suyễn, như sau khi vận động nhiều, hay vào phòng họp có người hút thuốc lá làm lên cơn suyễn; những người bệnh

này có thể chỉ cần dùng thuốc xịt suyễn. Thuốc xịt thường dùng nhất là loại Albuterol, bán dưới tên Proventil hay Ventolin.

Thuốc Albuterol được gọi là loại beta-adrenergic, có tác dụng làm giãn nở những bắp thịt của khí quản và có hiệu quả tức thời. Tuy nhiên tác dụng ngắn, từ 4 đến 6 tiếng đồng hồ. Nếu còn khò khè có thể dùng lại, thường là hai xịt cứ mỗi 4 hay 6 tiếng.

Khi xịt thuốc phải dùng cho đúng cách. Phải thở hết hơi trong phổi ra, cho ống xịt vào miệng, không quá sâu vào trong cũng như không xa quá, rồi vừa bóp ống xịt thuốc, vừa hít hơi thật sâu vào phổi và giữ lại trong phổi một lúc mới thở ra. Phải vừa bóp ống vừa hít cùng một lúc, nếu không làm đồng thời, thuốc sẽ xịt và đọng trong cổ họng, không xuống phổi nên sẽ ít hiệu quả.

Nếu bị suyễn nhiều hơn, phải dùng thêm một loại thuốc xịt khác là loại steroid. Lý do vì suyễn căn bản là một bệnh viêm của màng nhày khí quản nên thuốc xịt loại này sẽ làm chống viêm và giảm suyễn. Thuốc thường dùng là Vanceril, Flovent...

Những loại này phải dùng đều, trung bình ngày hai lần, mỗi lần hai xịt như loại thuốc Flovent. Thuốc hít Albuterol được dùng khi cần, nếu lâu lâu lên suyễn lại dù vẫn dùng đều thuốc Flovent.

Ở mức suyễn nặng hơn, nên dùng loại thuốc hít Advair. Loại này gồm có hai chất thuốc dùng chung là Fluticasone (tên khoa học của Flovent)

và thuốc Salmeterol. Salmeterol là loại thuốc beta adrenergic như Albuterol nhưng có tác dụng lâu dài đến 12 tiếng. Như vậy nếu bị suyễn nhiều, nên dùng đều thuốc hít Advair ngày hai lần và dùng thuốc hít Albuterol thêm nếu cần.

Một loại thuốc xịt khác cũng được dùng để chữa suyễn là loại cromolyn. Loại này tác dụng giữ màng tế bào của mast cells không bị bể ra khi bị dị ứng và tiết ra chất histamine. Dùng thuốc cromolyn loại hít bán dưới tên Intal cũng có hiệu quả tuy không được nhiều lắm như hai loại Albuterol và loại steroid. Hiện nay thuốc này ít được dùng đến.

Suyễn nếu bị nhiều, mỗi ngày đều lên cơn, thường phải dùng thêm thuốc uống. Thuốc uống có thể dùng thuốc loại Albuterol viên để làm giãn nở thêm khí quản. Một loại thuốc khác cũng để giãn nở khí quản là loại Theophylline. Cơ chế tác dụng của thuốc này khác với loại beta-adrenergic như Albuterol, giúp làm nở khí quản tuy nhiên thuốc loại Theophylline dễ làm khó chịu bao tử, một số người không dùng được vì bị ói mửa.

Ngoài ra thuốc này nếu dùng nhiều quá, lượng thuốc trong máu quá cao có thể làm kinh giật, ảnh hưởng trên tim... Vì thế hiện nay ít được dùng hơn. Thuốc uống Albuterol tuy ít phản ứng phụ hơn loại Theophylline nhưng cũng đôi khi gây ra làm tim đập nhanh, hồi hộp.

Một loại thuốc uống khác mới được dùng trong vài năm

nay là loại thuốc gọi là leukotrienes inhibitor bán trên thị trường dưới tên là Accolate và Singulair.

Thuốc loại này ngăn chặn các hợp chất leukotrienes là các chất làm co thắt khí quản trong cơ chế của dị ứng, vì thế dùng để chữa bệnh suyễn có nhiều hiệu quả. Thuốc Accolate dùng một ngày hai lần, trong khi Singulair uống một ngày một lần và có thể được dùng thêm vào các thuốc đã kể trên nếu còn bị lên suyễn mỗi ngày.

Ở những người bệnh suyễn nặng hơn nữa và nếu dùng các thuốc trên vẫn còn lên suyễn, thường phải dùng đến thuốc Prednisone loại uống. Prednisone được coi như thần dược vì sẽ làm suyễn xuống rất nhanh và rất hiệu quả, tuy nhiên khi dùng lâu sẽ sinh ra rất nhiều biến chứng, đôi khi nguy hiểm. Prednisone chỉ dùng trong những trường hợp bệnh suyễn nặng nhất, khi không kiểm soát được suyễn với những cách trị liệu thông thường.

Prednisone có thể dùng ngắn hạn, trong vài ngày rồi giảm thuốc dần khi đã đỡ và ngưng hẳn nếu suyễn không lên trở lại. Nếu lâu lâu mới phải dùng đến và chỉ dùng trong 5-7 ngày, tương đối ít hại hơn. Hoặc nếu phải dùng trường kỳ mới giữ được bệnh suyễn, nên dùng cách ngày, ngày uống ngày nghỉ để đỡ hại. Những tác hại của Prednisone nếu dùng lâu ngày, năm này qua năm khác có rất nhiều như mòn xương, mòn da, mắt hạt cườm, dễ bị nhiễm trùng...

Những người suyễn nặng như vậy có thể phải dùng đủ các thứ thuốc trên. Thuốc Albuterol có thể phải dùng với máy thở như loại Pulmo-Aide nebulizer để có hiệu quả nhiều hơn, mỗi ngày thở máy hít thuốc Albuterol ba, bốn lần nếu cần. Đồng thời dùng thêm thuốc hít loại Advair, thuốc uống Albuterol, thuốc uống Theophylline, thuốc Singulair (hay Accolate) và sau cùng là thuốc Prednisone khi bị lên cơn nặng.

Những người bị dị ứng và suyễn do dị ứng với các thứ bông phấn của cây cỏ, bụi bặm, mọt (mites), nấm... có thể phải chữa bằng cách chích thuốc dị ứng gọi là Immunotherapy, chích mỗi tuần một lần và phải chích lâu dài để cơ thể chống cự lại với dị ứng gọi là desensitization.

Một số các khảo cứu gần đây cho thấy cách chữa mới dùng thuốc chích kháng thể chống loại kháng thể gây dị ứng IgE gọi là anti-IgE monoclonal antibody rất có hiệu quả để trị dị ứng và bệnh suyễn. Thuốc mới được cho dùng thuộc loại này tên gọi là Olizumab, bán dưới tên thương mại là Xolair, chích dưới da một tháng một lần. Dùng thuốc chích Xolair, sẽ làm giảm thiểu lượng kháng thể IgE rất nhiều.

Những người bị suyễn nặng do dị ứng và thử máu thấy có lượng IgE cao có thể dùng thuốc chích Xolair. Tuy nhiên thuốc loại này rất mắc tiền và phải theo dõi thường xuyên vì đôi khi có thể làm giảm lượng tiểu cầu trong máu, có thể làm chảy máu nguy hiểm.

Tóm lại bệnh suyễn cần phải chữa trị theo từng giai đoạn nặng nhẹ và dùng thuốc cho đúng cách để chữa trị cho có hiệu quả. Bệnh suyễn có thể trở thành rất nặng và có thể gây chết vì suyễn nếu không được chữa trị và theo dõi cẩn thận. Vì thế điều quan trọng cho người bị suyễn là sự nhận biết về các nguyên nhân có thể gây ra suyễn hay làm bệnh nặng hơn và dùng thuốc đều đặn và đúng cách để giữ cho bệnh được chặn đứng không gây nguy hiểm.

BS Nguyễn Đình Phùng
