

Suyễn là gì?

Suyễn là một bệnh:

- Mãn tính
- Gây ra những cơn khó thở tái phát
- Có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi
- Không lây nhiễm
- Có thể kiểm soát, nhưng không điều trị khỏi được

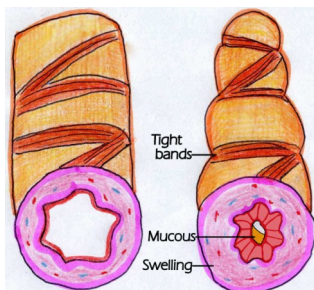
Điều gì xảy ra trong cơn suyễn? Có ba thay đổi xảy ra trong phổi:

- Ống dẫn khí vào phổi bị sưng. Điều này làm không khí khó đi qua.
- Cơ quanh khí quản thắt chặt.
- Nhiều chất nhầy được tạo ra, làm vướng không khí.

Có một số dấu hiệu báo cơn suyễn bắt đầu hoặc trở nặng:

- Thở khò khè
- Khó thở
- Tức ngực
- Ho suốt ngày, đêm hoặc khi tập thể dục
- Khó ngủ hoặc bực bội
- Số đo lưu tốc kế giảm mạnh

*Nên nhớ mỗi trẻ em đều có các triệu chứng khác nhau



Hỏi bác sĩ của quý vị về Kế hoạch Hành động khi bị Suyễn nếu quý vị chưa bị suyễn!

Thuốc trị Suyễn

Giảm cơn suyễn Nhanh (thuốc giãn phế quản)

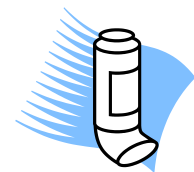
Những thuốc này có tác dụng nhanh làm giảm co thắt các cơ quanh khí quản. Đây là những thuốc quý vị sử dụng khi quý vị có triệu chứng suyễn. Đôi khi quý vị có thể được hướng dẫn sử dụng những thuốc này trước khi tập thể dục. Chúng tác dụng nhanh và chỉ trong khoảng thời gian ngắn. Chúng còn được gọi là các thuốc cứu vãn. Một số loại có tên thuốc là: Ventolin, Proventil, Proair, Xopenex và Albuterol.

Thuốc dùng Dài hạn

Những thuốc này có tác dụng làm giảm sưng và chất nhầy trong khí quản. Những thuốc này cần thời gian dài hơn mới có tác dụng, đôi khi đến 2 tuần! Chúng phải được dùng mỗi ngày theo toa của bác sĩ, ngay cả khi quý vị không có triệu chứng suyễn. Chúng còn được gọi là các thuốc kiểm soát. Chúng giúp phòng ngừa các triệu chứng. Một số loại có tên thuốc là: Flovent, QVar, Advair, Symbicort, Asmanex, Singulair và Pulmicort.

Phải làm gì trong cơn suyễn.

- Giữ Bình tĩnh!
- Gọi 911 ngay nếu có bất kỳ triệu chứng nào sau đây: Lưỡi hoặc móng tái xanh, da co lại quanh cổ hoặc ngực, trẻ em không thể đi hoặc nói
- Không để trẻ một mình!
- Cho trẻ ngồi thẳng. Không để trẻ nằm.
- Sử dụng thuốc giảm cơn suyễn nhanh như được chỉ định trong kế hoạch hành động khi bị suyễn
- Nếu không cải thiện – hãy tìm ngay sự chăm sóc y tế



Nếu quý vị đang sử dụng ống hít cứu vãn hơn 2 lần/tuần ban ngày hoặc hơn 2 lần/tháng ban đêm, hãy cho bác sĩ của quý vị biết ngay!

Cách Sử dụng Ống hít và Ống đệm trị Suyễn của Quý vị

Luôn sử dụng ống đệm với ống hít của quý vị trừ khi nhà cung cấp dịch vụ nói không cần!

Ống đệm

Ống đệm là một dụng cụ dùng với ống hít của quý vị để giúp thuốc trị suyễn vào phổi hiệu quả hơn. Trước hết phải bảo đảm quý vị ở tư thế đứng.

1. Lắc ống hít.
2. Cho ống hít vào phần mở của ống đệm.
3. Bơm khí vào phổi.
4. Đặt miệng ống hít vào

miệng qua khỏi răng. Bảo đảm phải kín.
5. Hít vào chậm và sâu.
6. Tiếp tục thở trong 10 giây và tháo ống đệm ra rồi thở ra chậm.
7. Đợi 60 giây rồi lặp lại các bước từ 1-6.
8. Súc miệng sau khi dùng ống hít.

Ống đệm có mặt nạ

- Dụng cụ này dùng cho trẻ em

1. Lắc ống hít.
2. Cho ống hít vào phần mở của ống đệm có mặt nạ.
3. Gắn mặt nạ lên mặt trẻ, bảo đảm mũi và miệng trẻ được

che kín.

4. Bóp ống hít 1 lần.
5. Hít thở tổng cộng 6 lần.
6. Tháo ống đệm có mặt nạ.
7. Đợi 60 giây rồi lặp lại các bước từ 1-6 rồi bơm lần 2.
8. Rửa mặt và súc miệng sau khi dùng.



Suyễn có thể kiểm soát được! Nhớ sử dụng thuốc như bác sĩ của quý vị hướng dẫn!

Cách sử dụng Dụng cụ phun sương

Dụng cụ phun sương là một máy cầm tay, nhỏ biến đổi thuốc trị suyễn dạng lỏng thành sương mù sau đó có thể hít vào phổi qua miệng ống hoặc mặt nạ.

1. Rửa tay trước khi bắt đầu.
2. Nối ống vào dụng cụ phun sương. Bảo đảm nối chặt tất cả.
3. Gắn miệng ống hoặc mặt nạ

vào dụng cụ phun sương.

4. Mở lọ thuốc pha sẵn và đổ vào cốc của dụng cụ phun sương.
5. Cho miệng ống vào miệng hoặc gắn mặt nạ lên mặt của con quý vị.
6. Mở máy.

7. Đợi đến khi con quý vị thở bình thường, bảo đảm miệng ống hoặc mặt nạ đặt đúng vị trí, cho đến khi cốc thuốc cạn, thông thường khoảng 10-15 phút.

8. Tắt máy.
9. Rửa sạch và cất giữ dụng cụ phun sương sau mỗi lần điều trị.

Cách sử dụng Lưu Tốc Kế

Lưu tốc kế là một dụng cụ, giống như nhiệt kế đo không khí qua phổi có tốt không. Trong cơn suyễn khí quản bị hẹp nên số lưu tốc có thể thấp.

Trước hết phải bảo đảm quý vị ở tư thế đứng!



1. Đánh dấu vào đáy của thước đo
2. Đặt lưu tốc kế vào miệng và ngậm quanh miệng ống. Không bites lỗ bằng lưỡi.
3. Thở ra mạnh và nhanh nhất có thể được.
4. Ghi lại số trên lưu tốc kế.
5. Lặp lại các bước từ 1-4

thêm hai lần nữa và ghi lại số cao nhất vào nhật ký của con quý vị.

Lưu tốc kế có thể giúp quý vị và bác sĩ của quý vị quyết định khi nào thêm hoặc ngừng thuốc và khi nào cần chăm sóc cấp cứu.