



# QUẢN LÝ BỆNH GIÃN PHẾ QUẢN Ở NGƯỜI LỚN

*hiểu được hướng dẫn chuyên môn*



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

Hướng dẫn này có thông tin về quản lý bệnh giãn phế quản ở người lớn của hội Hô hấp Châu Âu. Nó dựa trên một phiên bản dài hơn, do một nhóm các chuyên gia về chủ đề này, bao gồm các chuyên gia chăm sóc sức khỏe và những người có kinh nghiệm về bệnh giãn phế quản.

Hướng dẫn ban đầu được viết cho các cán bộ y tế, được xem xét trên bảng chứng tốt nhất hiện có - các thử nghiệm đối chứng ngẫu nhiên, những bài tổng quan và các nghiên cứu quan sát - và hướng dẫn này trả lời một loạt các câu hỏi về quản lý bệnh giãn phế quản. Nó bao gồm những tiêu chuẩn vàng về chăm sóc cho người trưởng thành bị giãn phế quản ở Châu Âu, và có thể được sử dụng làm tài liệu giáo dục cho các cán bộ y tế.

Phiên bản này được viết cho bệnh nhân và cộng đồng để giúp các bạn hiểu những gì đã được đề xuất trong hướng dẫn ban đầu.

## BỆNH GIÃN PHẾ QUẢN

Bệnh giãn phế quản là một bệnh phổi mạn tính, đường thở của người bị bệnh giãn phế quản rộng hơn bình thường. Điều này dẫn tới việc tích tụ chất nhầy (đờm) trong phổi có thể làm cho người bệnh có nhiều nguy cơ bị nhiễm trùng hơn.

Các triệu chứng thường gặp nhất là ho, ho ra đờm và hụt hơi. Người bị giãn phế quản cũng có thể bị viêm xoang, ho ra máu, đau ngực và cảm thấy mệt mỏi.

Mục tiêu điều trị cho người bị giãn phế quản:

- Ngăn ngừa nhiễm trùng hô hấp (đợt cấp), trong đợt cấp triệu chứng bệnh nhân sẽ nặng hơn
- Điều trị triệu chứng
- Nâng cao chất lượng cuộc sống
- Tránh các yếu tố làm bệnh diễn tiến nặng hơn



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

# CÁC KHUYẾN CÁO

## **Những xét nghiệm nào nên làm khi người bệnh bị giãn phế quản?**

Hướng dẫn khuyến cáo rằng tất cả những người được chẩn đoán giãn phế quản đều nên được làm xét nghiệm máu để xác định liệu giãn phế quản có liên quan đến bệnh lý miễn dịch của họ không.

Tất cả những người bị giãn phế quản nên kiểm tra tình trạng nhiễm nấm aspergillus khí quản – phổi dị ứng (ABPA), đây là tình trạng người bệnh trở nên mẫn cảm với Aspergillus, dạng phổ biến. Muốn chẩn đoán cần xét nghiệm máu hoặc làm test lấy da.

Những xét nghiệm này có thể giúp cán bộ y tế điều trị theo từng cá thể. Những bệnh nhân bị giãn phế quản cần biết nguyên nhân gây ra bệnh.

Trong một số trường hợp, ví dụ: nếu bệnh nhân có các triệu chứng khác, họ có thể cũng cần phải được kiểm tra các bệnh lý khác, bao gồm:

- NonNhiễm vi khuẩn Mycobacteria không lao (NTM)
- Xơ nang (CF)
- Rối loạn vận động nhung mao nguyên phát (PCD: Primary Ciliary Dyskinesia)

## **ĐIỀU TRỊ LÂU DÀI**

Hướng dẫn (dựa trên những bằng chứng tốt nhất hiện tại) khuyến cáo bệnh nhân bị giãn phế quản nên được điều trị lâu dài (3 tháng trở lên)

### **Thuốc kháng viêm**

Các loại thuốc kháng viêm như steroid, là thuốc dùng để điều trị đau, viêm và sốt. Thuốc này có tác dụng giảm triệu chứng.

Hướng dẫn này không khuyến cáo dùng steroid dạng hít thường quy cho bệnh nhân giãn phế quản, trừ khi họ bị hen hoặc bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD).



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

Hướng dẫn này cũng không khuyến cáo dùng statin để điều trị giãn phế quản, thuốc này làm giảm cholesterol và có tác dụng chống viêm, trừ khi bác sĩ muốn dùng để điều trị bệnh lý tim mạch.

## **Kháng sinh**

Kháng sinh là nhóm thuốc chống nhiễm trùng. Một số thuốc kháng sinh chống lại những vi khuẩn đặc hiệu, nhưng nhiều loại kháng sinh phổ rộng chống lại nhiều loại vi khuẩn. Kháng sinh luôn được khuyến cáo khi bệnh nhân giãn phế quản có bội nhiễm. Đôi khi, những bệnh nhân giãn phế quản cần uống kháng sinh hàng ngày hoặc vài ngày một lần để kiểm soát tình trạng nhiễm trùng.

Hướng dẫn khuyến cáo điều trị kháng sinh lâu dài (từ 3 tháng trở lên) đối với những người có hơn ba lần bội nhiễm mỗi năm mà các biện pháp thông thường không thể phòng ngừa được.

## **Điều trị thuốc loãng đàm**

Thuốc loãng đàm là loại thuốc giúp người bệnh làm sạch đàm trong phổi.

Hướng dẫn đề nghị điều trị thuốc loãng đàm cho những người bị giãn phế quản khó khạc đàm và những người bệnh có chất lượng cuộc sống kém.

Hướng dẫn này không khuyến cáo điều trị DNase tái tổ hợp của người (một loại thuốc dùng để làm mỏng đàm trong phổi, thường được sử dụng cho những người bị xơ nang) cho những người bị giãn phế quản vì các thử nghiệm cho thấy nó không có hiệu quả. Tuy nhiên, một số người dùng được liệu pháp này; nếu lo ngại, bạn nên thảo luận với bác sĩ của bạn.

## **Thuốc giãn phế quản**

Thuốc giãn phế quản là thuốc giúp dễ thở bằng cách làm giãn các cơ trong phổi và mở rộng đường thở.



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

Hướng dẫn không khuyến cáo dùng thuốc giãn phế quản tác dụng kéo dài thường quy cho những người bị chứng giãn phế quản.

Tuy nhiên, hướng dẫn khuyến cáo thuốc giãn phế quản trong những trường hợp sau:

- Dành cho những người hút hơi
- Trước khi vật lý trị liệu
- Đối với những người bị hen hoặc COPD

### **Phẫu thuật**

Phẫu thuật trên bệnh nhân giãn phế quản thường phải cắt đi phần phổi mà không còn chức năng để ngăn chặn căn bệnh lan truyền sang phần còn lại của phổi.

Hướng dẫn không khuyến cáo phẫu thuật cho những người bị giãn phế quản.

Khuyến cáo chỉ nên phẫu thuật cho người bị giãn phế quản nếu họ vẫn còn bị bội nhiễm nhiều lần mặc dù đã thử tất cả các lựa chọn điều trị khác.

Những người bị giãn phế quản chỉ xem xét phẫu thuật là lựa chọn cuối cùng khi không có cách điều trị hiệu quả nào khác.

## **VẬT LÝ TRỊ LIỆU**

### **Thông đàm**

Nghiệm pháp thông đàm là phương pháp làm loãng đàm trong phổi để bệnh nhân có thể ho khạc ra. Chúng bao gồm nhiều bài tập thở và chuyển đổi các tư thế khác nhau để bệnh nhân dễ khạc đàm hơn.

Hướng dẫn khuyến cáo rằng những người bị giãn phế quản nên thường xuyên tập thông đàm một hoặc hai lần mỗi ngày. Họ nên được hướng dẫn làm một cách chính xác bởi một chuyên gia y tế được đào tạo.



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

## **Phục hồi chức năng hô hấp**

Phục hồi chức năng hô hấp là một chương trình nhằm làm giảm các ảnh hưởng về thể chất và tinh thần mà tình trạng phổi mạn tính có thể ảnh hưởng đến cuộc sống của người bệnh. Nên kết hợp luyện tập thể dục với giáo dục về cách giữ sức khỏe. Các phương pháp điều trị khác bao gồm từ bác sĩ bệnh nghề nghiệp, chuyên gia dinh dưỡng, y tá, nhân viên xã hội và bác sĩ tâm lý.

Hướng dẫn đề xuất các chương trình phục hồi chức năng hô hấp phù hợp cho những người bị giãn phế quản có giới hạn hoạt động thể chất. Nghiên cứu cho thấy sau một chương trình phục hồi chức năng hô hấp, trung bình trong 6-8 tuần, người bị giãn phế quản có thể hoạt động thể chất tốt hơn, ho ít hơn và cảm thấy khỏe hơn. Họ cũng có thể ít bị bội nhiễm hơn. Những lợi ích này kéo dài khoảng từ 3-6 tháng, và tác động tích cực lâu dài hơn nếu bệnh nhân làm theo lời khuyên và tiếp tục tập sau khi chương trình kết thúc.

## **ĐIỀU TRỊ BỘI NHIỄM PHỔI**

### **Thời gian sử dụng kháng sinh để điều trị bội nhiễm là bao lâu?**

Dựa trên nghiên cứu và thực hành đương đại, hướng dẫn khuyến cáo rằng hầu hết những người bị giãn phế quản phải được điều trị một đợt kháng sinh 14 ngày để điều trị bội nhiễm. Tuy nhiên, một số chuyên gia y tế cho rằng thời gian điều trị có thể ngắn hơn hoặc dài hơn tùy theo mỗi cá thể.

### **Nếu những người bị giãn phế quản có bội nhiễm thì họ phải được dùng kháng sinh cho đến khi tình trạng này biến mất?**

Bội nhiễm thường xuyên có thể ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống của người bệnh và có thể khiến họ cảm thấy không khỏe.

Hướng dẫn nói rằng những người mắc bệnh giãn phế quản thường bị bội nhiễm một loại vi khuẩn gây bệnh gọi là *P. aeruginosa* (còn gọi là *Pseudomonas*) cần được điều trị triệt để - một loại kháng sinh điều trị đặc hiệu kéo dài đến 3 tháng để tránh tái phát.



# MỘT SỐ ĐIỂM CUỐI CÙNG

Điều trị giãn phế quản nhằm giảm bội nhiễm và giảm triệu chứng, cải thiện chất lượng cuộc sống và giảm biến chứng, cũng như cải thiện chức năng phổi.

Các chuyên gia chăm sóc sức khỏe và bệnh nhân đã đưa ra hướng dẫn này đồng ý rằng cần phải cân nhắc những lợi ích và tác dụng phụ của mỗi phương pháp điều trị tùy theo từng cá thể. Tình trạng của bệnh nhân và sở thích của họ là những yếu tố chính.

Cần lưu ý rằng hầu hết các khuyến nghị trong hướng dẫn này có điều kiện, có nghĩa là chúng áp dụng trong hầu hết nhưng không phải tất cả các trường hợp. Nếu chuyên gia y tế của bạn nói rằng không đề xuất nào phù hợp với bạn, bạn có thể hỏi họ các lý do.

Mặc dù các khuyến nghị dựa trên những dữ liệu tốt nhất hiện có, các chuyên gia cho rằng hầu hết các bằng chứng này có chất lượng khá thấp.

Rất nhiều nghiên cứu đang được tiến hành trên bệnh giãn phế quản và hướng dẫn phải cập nhật ngay khi nghiên cứu vừa được công bố.



ERS

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



ELF

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION

## ĐỌC THÊM

Phiên bản ERS ban đầu của hướng dẫn này

[www.ers-education.org/guidelines](http://www.ers-education.org/guidelines)

## BỆNH NHÂN BỊ GIÃN PHẾ QUÃN

Thông tin và hỗ trợ cho những người được chẩn đoán giãn phế quản và người chăm sóc, được phát triển nhờ sự trợ giúp của các bệnh nhân và các chuyên gia y tế ở Châu Âu.

[www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis](http://www.europeanlunginfo.org/bronchiectasis)

## EMBARC

EMBARC là một mạng lưới toàn châu Âu cam kết thúc đẩy nghiên cứu lâm sàng và giáo dục về bệnh giãn phế quản, thông qua chia sẻ các giao thức, ý tưởng nghiên cứu và chuyên môn.

[www.bronchiectasis.eu](http://www.bronchiectasis.eu)

### *Giới thiệu về ERS*

Hiệp hội Hô hấp Châu Âu (ERS) là một tổ chức quốc tế tập hợp các bác sĩ, chuyên gia y tế, các nhà khoa học và các chuyên gia khác làm việc trong ngành hô hấp. Đây là một trong những tổ chức y tế hàng đầu trong lĩnh vực hô hấp, với sự tham gia của thành viên đại diện cho hơn 140 quốc gia.

Nhiệm vụ của ERS là thúc đẩy sức khỏe hô hấp để giảm bớt sự đau đớn và đưa ra các tiêu chuẩn về bệnh hô hấp trên toàn cầu. Khoa học, giáo dục và vận động chính là điều cốt lõi.

ERS tham gia vào việc thúc đẩy nghiên cứu khoa học và cung cấp sự tiếp cận các nguồn lực giáo dục chất lượng cao. Nó cũng đóng một vai trò quan trọng trong vận động - nâng cao nhận thức về bệnh phổi trong cộng đồng và các chính trị gia.

### *Giới thiệu về ELF*

ELF-Tổ chức hô hấp Châu Âu (ELF) được thành lập bởi ERS để đưa bệnh nhân và cộng đồng đến gần hơn với các chuyên gia y tế.

ELF đưa các hướng dẫn của ERS ra cộng đồng; tóm tắt các khuyến cáo được đưa ra cho các chuyên gia y tế ở Châu Âu theo một mẫu đơn giản để mọi người dễ hiểu.

Các tài liệu này không chứa thông tin chi tiết về từng tình trạng bệnh và nên được sử dụng kết hợp với thông tin bệnh nhân và thảo luận với bác sĩ của bạn.

**Bạn có thể tìm thêm thông tin về các bệnh lý hô hấp khác trên trang web của ELF:**

[www.europeanlung.org](http://www.europeanlung.org)



**ERS**

EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY



**ELF**

EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION