

Sở Y tế Hải Phòng khuyến cáo phòng tránh đợt cấp viêm phổi tắc nghẽn mạn tính

08:59 21/11/2025

Những ngày qua, thời tiết chuyển sang mùa Đông lạnh nên số người mắc đợt cấp viêm phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD) tăng nhanh, nhiều trường hợp nặng phải thở máy.



Tại Việt Nam, COPD hiện nằm trong nhóm bệnh có tỷ lệ mắc cao nhất khu vực châu Á – Thái Bình Dương, với khoảng 10,3% dân số bị ảnh hưởng và hơn 25.000 ca tử vong mỗi năm. Riêng tại Hải Phòng, thống kê cho thấy, khu vực phía đông thành phố ghi nhận tỷ lệ mắc COPD ở nhóm trên 40 tuổi dao động 7 - 10%, tương đương 50.000 - 70.000 người. Bệnh hen phế quản cũng là gánh nặng đáng kể, với tỷ lệ mắc khoảng 3,8%, ước tính gần 40.000 người đang chịu ảnh hưởng.

Hải Phòng là đô thị công nghiệp và cảng biển lớn của miền duyên hải phía Bắc, đồng thời có nhiều vùng trồng cây thuốc láo và cơ sở sản xuất thuốc lá. Với tỷ lệ hút thuốc còn cao trong cộng đồng, nguy cơ mắc COPD và hen phế quản tại địa phương luôn ở mức cao.

Theo thông tin từ Sở Y tế Hải Phòng COPD là bệnh tiến triển âm thầm. Giai đoạn đầu, các triệu chứng thường nhẹ và dễ bị nhầm với những bệnh hô hấp thông thường, khiến nhiều người bỏ qua thời điểm vàng để phát hiện bệnh. Những dấu hiệu sớm điển hình bao gồm ho kéo dài, ho nhiều vào buổi sáng, khạc đờm, thở khò khè, cảm giác nặng ngực và đặc biệt là khó thở tăng dần khi gắng sức như leo cầu thang, đi bộ nhanh hay làm việc nặng. Hút thuốc lá và thuốc lào là nguyên nhân chính gây COPD. Ngoài ra, ô nhiễm không khí, tiếp xúc kéo dài với bụi, khói hoặc hóa chất độc hại cũng góp phần làm tăng nguy cơ mắc bệnh.

COPD và hen phế quản đều là bệnh mạn tính, không thể chữa khỏi hoàn toàn mà chủ yếu kiểm soát triệu chứng, dự phòng đợt cấp và chăm sóc giảm nhẹ. Các bệnh này ảnh hưởng lớn đến chất lượng sống và là gánh nặng tử vong đáng kể. WHO xếp COPD đứng thứ ba trong các nguyên nhân gây tử vong toàn cầu. Gánh nặng kinh tế cũng rất lớn, Việt Nam ước tính mất khoảng 3 tỷ USD mỗi năm cho COPD; chi phí điều trị của người bệnh có quản lý khoảng 25 triệu đồng/năm, trong khi người không được quản lý có thể tốn tới 225 triệu đồng/năm. Điều đó cho thấy tác động sâu rộng của bệnh đối với sức khỏe cộng đồng và kinh tế - xã hội.

Đối với người mắc COPD, tuân thủ phác đồ điều trị và dùng thuốc đúng liều, đúng thời gian là yếu tố quyết định trong kiểm soát bệnh. Người bệnh tuyệt đối không tự ý ngừng thuốc dù triệu chứng thuyên giảm để tránh nguy cơ đợt cấp. Người bệnh cần tái khám định kỳ, theo dõi chức năng hô hấp và điều chỉnh thuốc theo hướng dẫn chuyên môn nhằm giảm biến chứng. Đồng thời, tiêm phòng cúm và phế cầu giúp hạn chế nhiễm khuẩn hô hấp. Việc duy trì tập thể dục, tập thở và các bài phục hồi chức năng hô hấp cũng góp phần cải thiện sức khỏe và nâng cao chất lượng cuộc sống cho người bệnh COPD.

Mùa đông thường có những ngày độ ẩm trong không khí rất cao nên mọi người cần quan tâm giữ độ ẩm ở mức tối ưu trong không khí, ngăn ngừa nấm mốc phát triển nơi ở, nấm mốc là một chất gây kích thích phổi, làm hình thành đợt cấp COPD. Có thể giảm độ ẩm bằng máy hút ẩm hoặc tạo môi trường thông thoáng tùy từng điều kiện cụ thể của mỗi cá nhân và phòng bạn đang ở.

Quỳnh Nga (t/h)