

Bệnh suyễn

& Các Xét Nghiệm Chức Năng Phổi



Hướng dẫn xét nghiệm khả năng thở để
phát hiện bệnh suyễn

CHO BỆNH NHÂN VÀ NGƯỜI CHĂM SÓC

Xét Nghiệm Chức Năng Phổi

là gì?



Nếu bạn bị bệnh suyễn hoặc bị nghi mắc bệnh, bạn sẽ cần làm các xét nghiệm (khả năng thở) chức năng phổi.

Những xét nghiệm này kiểm tra xem phổi của bạn hoạt động thế nào và bệnh suyễn có ảnh hưởng thế nào tới khả năng thở của bạn. Hai loại xét nghiệm khả năng thở được sử dụng để phát hiện bệnh suyễn là **đo phế dung** và **đo lưu lượng đỉnh**.

Các xét nghiệm khả năng thở bằng đo phế dung

Đo phế dung là xét nghiệm khả năng thở chính xác nhất để phát hiện bệnh suyễn. Phương pháp này đo lường lượng khí bạn hít vào và thở ra từ phổi và mức độ mạnh và nhanh mà bạn có thể thở ra. Nói cách khác, xét nghiệm này đánh giá toàn bộ chức năng phổi của bạn.

Máy được sử dụng để làm xét nghiệm này được gọi là phế dung kế. Bác sĩ sử dụng phế dung kế để:

- kiểm tra xem liệu đường thở trong phổi bạn có hẹp hơn thông thường không
- xác định xem liệu bạn có bị bệnh suyễn không
- kiểm tra xem mức độ nghiêm trọng của bệnh suyễn
- kiểm tra xem liệu bệnh suyễn của bạn có đang trở nên tồi tệ hơn
- kiểm tra xem liệu bệnh suyễn của bạn có đỡ hơn bằng điều trị.

Kết quả xét nghiệm giúp bạn và bác sĩ của bạn quyết định xem bạn có cần sử dụng bất kỳ loại thuốc nào hay không, hoặc tiến hành thực hiện xem loại hoặc liều lượng thuốc hiện tại của bạn có cần thay đổi hay không. Hầu hết người lớn và trẻ em trên 7 tuổi có thể làm xét nghiệm bằng đo phế dung một cách chính xác.

Tôi sẽ phải làm gì với xét nghiệm đo phế dung?



Xét nghiệm đo phế dung thường được thực hiện tại phòng khám của bác sĩ bạn, hoặc bác sĩ có thể giới thiệu bạn đến một phòng xét nghiệm ở bệnh viện chuyên về loại xét nghiệm này.

Trước khi bạn tiến hành xét nghiệm, chuyên viên y tế tiến hành đo phế dung sẽ hướng dẫn cách để thực hiện đúng. Họ cũng sẽ khuyến khích bạn thở ra mạnh và nhanh hết sức trong suốt cuộc xét nghiệm.

Bạn có thể được yêu cầu sử dụng một chiếc kẹp mũi để đảm bảo bạn thở ra bằng miệng, chứ không bằng mũi.

Trong quá trình xét nghiệm đo phế dung, bạn sẽ được yêu cầu:

1. Ngồi thẳng trên ghế, hai chân không bắt chéo, bàn chân đặt trên mặt đất
2. Thở vào hết sức và nhanh
3. Ngừng thở dưới 1 giây
4. Đặt miệng phế dung kế vào miệng của bạn và khẹp chặt môi lại
5. Thở ra nhanh và mạnh hết sức có thể cho đến khi phổi của bạn rỗng hoàn toàn hoặc đến khi bạn không thể thở ra được nữa
6. Hít vào thật sâu và nhanh lần nữa
7. Bỏ miệng phế dung kế ra

Bạn sẽ phải lặp lại xét nghiệm ít nhất ba lần để có kết quả tốt nhất. Đôi khi việc xét nghiệm không thể thực hiện xong trong một lần thăm khám bởi vì xét nghiệm này có thể rất mệt mỏi.

Xét nghiệm này không gây đau đớn – nó đơn giản chỉ cần bạn nỗ lực hết mức để thở ra mạnh như bạn có thể!

Đôi khi bạn có thể được yêu cầu làm lại xét nghiệm đo phế dung sau khi được xịt một loại “thuốc cắt cơn” (thường là ống xịt màu xanh hoặc màu xám). Xét nghiệm này sẽ được thực hiện khoảng 10 phút sau khi bạn được xịt loại thuốc cắt cơn để kiểm tra liệu thuốc này có giúp phổi của bạn hoạt động tốt hơn hay không.

Bác sĩ phải luôn giải thích rõ kết quả xét nghiệm đo phế dung với bạn.

Để có thêm thông tin về xét nghiệm đo phế dung cần những hoạt động gì, hãy vào trang web của chúng tôi xem video:

nationalasthma.org.au



Xét nghiệm khả năng thở bằng đo lưu lượng đỉnh



Xét nghiệm khả năng thở bằng đo lưu lượng đỉnh được tiến hành với một lưu lượng đỉnh kế. Xét nghiệm này đo tốc độ tối đa (hay đỉnh) mà bạn có thể thở ra. Xét nghiệm này cho biết đường thở của bạn hẹp đến mức nào. Nó cũng cho thấy mức độ thay đổi của đường thở của bạn. Tuy nhiên, một xét nghiệm đo lưu lượng đỉnh không thể được sử dụng để xác định xem bạn có bị suyễn hay không – đây là điều mà phế dung kế được sử dụng để xác định (xem Các xét nghiệm khả năng thở bằng đo phế dung).

Bác sĩ của bạn có thể yêu cầu bạn sử dụng một lưu lượng đỉnh kế để kiểm tra bệnh suyễn của bạn tại nhà. Hầu hết trẻ em trên 7 tuổi có thể dùng lưu lượng đỉnh kế chính xác.

Các xét nghiệm lưu lượng đỉnh đôi khi được sử dụng như một phần của Bản Kế Hoạch Hành Động Bệnh Suyễn được xây dựng với sự tham gia của bác sĩ bạn. Kế hoạch này sẽ giúp bạn nhận biết tình trạng bệnh suyễn của bạn có trở nên xấu đi hay không và cho bạn biết bạn cần làm gì nếu nó thực sự xấu đi.

Nếu bạn đang sử dụng một lưu lượng đỉnh kế, bạn sẽ cần xác định điểm số xét nghiệm ‘tốt nhất’ của mình. Để làm được điều này, hãy ghi lại điểm số hàng ngày trong vòng 1-2 tuần khi cơn suyễn nằm trong tầm kiểm soát. Điểm số ‘tốt nhất’ của bạn sẽ được sử dụng như hướng dẫn cho bạn và bác sĩ của bạn đưa ra những thay đổi để kiểm soát bệnh suyễn của bạn.

Chẳng hạn, bạn sẽ biết được bệnh suyễn của bạn trở nên xấu hơn do điểm số của bạn thấp hơn điểm số lưu lượng đỉnh ‘tốt nhất’ được ghi lại. Sau đó bạn có thể thay đổi loại thuốc bạn đang sử dụng theo sự chỉ dẫn trong Bản Kế Hoạch Hành Động Bệnh Suyễn hoặc theo sự chỉ dẫn của bác sĩ.

Lưu lượng đỉnh kế chỉ là một phương pháp để bạn kiểm tra bệnh suyễn của mình. Nếu bạn cảm thấy không khỏe dù kết quả xét nghiệm đo lưu lượng đỉnh tốt, hãy theo những chỉ dẫn trong Kế Hoạch Hành Động Bệnh Suyễn của bạn hoặc có thể tới gặp bác sĩ.

Cách sử dụng lưu lượng đỉnh kế

Bác sỹ của bạn (hoặc một chuyên viên y tế khác như y tá, dược sỹ hay giáo dục viên về bệnh suyễn) sẽ hướng dẫn bạn sử dụng lưu lượng đỉnh kế đúng cách.

Các bước chính trong sử dụng lưu lượng đỉnh kế:

1. Đứng thẳng người
2. Giữ lưu lượng đỉnh kế nằm ngang để mặt hiện chỉ số quay lên trên. Đảm bảo rằng chỉ số được chỉnh về số "0" hoặc "start" ("bắt đầu")
3. Hít sâu tối đa có thể
4. Ngậm chặt miệng lưu lượng đỉnh kế và thổi thật nhanh và mạnh tối đa có thể (trong khoảng 2 giây)
5. Kiểm tra chỉ số trên lưu lượng đỉnh kế
6. Lặp lại các bước từ 1 đến 5 thêm hai lần
7. Ghi lại chỉ số cao nhất trong ba lần đo.

Nếu đường thở của bạn hẹp hơn bình thường, lưu lượng đỉnh kế sẽ cho kết quả chỉ số thấp hơn chỉ số lưu lượng đỉnh 'tốt nhất'. Khi đường thở của bạn mở rộng, chỉ số lưu lượng đỉnh sẽ tương đương hoặc gần đạt chỉ số 'tốt nhất' của bạn. (Chỉ số lưu lượng đỉnh 'tốt nhất' của mỗi người phụ thuộc vào chiều cao, tuổi và giới tính – vì vậy, chỉ số lưu lượng đỉnh 'tốt nhất' của mỗi người sẽ khác nhau).

Luôn sử dụng cùng một lưu lượng đỉnh kế cho mỗi lần đo, vì các chỉ số lưu lượng đỉnh có thể khác nhau ở mỗi lưu lượng đỉnh kế khác nhau. Vì lý do này, bạn nên mang theo lưu lượng đỉnh kế của bạn mỗi lần khi bạn đến gặp bác sỹ.



Những lúc bạn có thể cần tới một lưu lượng đỉnh kế

Một chiếc lưu lượng đỉnh kế có thể có ích với bạn để theo dõi tình trạng bệnh khi bạn:

- rời khỏi bệnh viện
- cần dùng ống xịt thuốc cắt cơn thường xuyên hơn
- đang bị cảm lạnh
- không cảm thấy khỏe như mọi khi
- tiếp xúc với tác nhân gây kích ứng được biết đến (chẳng hạn như phấn hoa)
- có những thay đổi về thuốc của bạn, kể cả việc dùng liều lượng khác hoặc sử dụng các loại mới
- tỉnh giấc vào đêm do các triệu chứng của bệnh suyễn (một dấu hiệu của bệnh suyễn không được kiểm soát tốt).

Thông Tin Thêm

- Nói chuyện với bác sĩ hay dược sĩ của bạn
- Truy cập để tìm hiểu về Ủy Ban Suyễn Quốc Gia Úc tại trang web: nationalasthma.org.au
- Liên hệ với Tổ Chức về Bệnh Suyễn theo số **1800 645 130** asthmaaustralia.org.au

Thông tin trong tài liệu này không thay thế tư vấn y tế chuyên khoa. Nếu bạn có bất kì câu hỏi nào về bệnh suyễn, hãy trao đổi với bác sĩ của bạn.

Lời cảm ơn

Được phát triển bởi Ủy Ban Suyễn Quốc Gia Úc có tham vấn đội ngũ chuyên gia là các nhà khoa học và các bác sĩ chuyên về hô hấp.

Được hỗ trợ thông qua tài trợ của Bộ Y Tế và Người Cao Tuổi Úc.



Để xem thêm các tài liệu về loại bệnh này, hãy ghé thăm Ủy Ban Suyễn Quốc Gia Úc tại trang web: nationalasthma.org.au

Note for health professionals:

Visit the National Asthma Council website to access:

- this brochure in a range of community languages
- other asthma brochures in this multilingual series
- related information papers for health professionals