

Mùa đông - xuân với thời tiết lạnh và ẩm, sức đề kháng của cơ thể suy giảm, nhất là người cao tuổi và trẻ em, người lao động ngoài trời mùa rét nên các loại bệnh dễ bùng phát, đặc biệt là bệnh đường hô hấp.

Chú ý phòng bệnh ở các quan hô hấp

Các bệnh phổ biến do trẻ nhỏ trong mùa lạnh thường gặp là:



Mức độ đề phòng bệnh mùa lạnh. Hen phế quản: nhiễm khuẩn có thể do tiếp xúc với người bị bệnh do tiếp xúc gần gũi hoặc do tiếp xúc với người bị bệnh do tiếp xúc gần gũi hoặc do tiếp xúc gần gũi. Hen phế quản có các triệu chứng gây nguy hiểm như: thở khó khăn, khó thở, phát sốt hay gặp ở trẻ nhỏ; thở khó khăn liên tục xuất hiện ngay từ khi khởi bệnh, gặp ở bệnh nhân có tiền sử hen mãn tính; thở hen có tràn khí màng phổi dễ xảy ra ở người phồng đã bị giãn; thở hen ác tính, hen do sử dụng thuốc aspirin; thở hen có cơn tăng huyết áp kèm theo.

Để phòng bệnh hen chủ yếu là phòng ngừa các yếu tố gây bệnh như: tránh lạnh bằng cách mặc quần áo ấm, giữ ấm vùng cổ, ngực; tránh bụi bặm, vi sinh vật, nấm mốc, phấn hoa... bằng cách dùng khăn trang che mũi, miệng khi đi ra ngoài. Nếu bị hen cần đưa bệnh nhân đến bệnh viện để được điều trị kịp thời, hiệu quả, cần đưa bệnh nhân trong thời gian ngắn nhất, không để cơn hen phát triển thành ác tính.

Viêm phổi quỳ n cíp: mầm bệnh gây viêm phổi quỳ n mùa đông - xuân thông thường là virus cúm influenza A và B, các virus parainfluenza, virus hô hấp bào hô hấp, virus hantavirus, virus đường mũi và các loại khác. Phòng bệnh chủ yếu là giữ ấm cơ thể lúc thời tiết cũng như khi ngủ, ngủ nơi cao ráo và trẻ em nên tránh ra ngoài trời lạnh và gió rét; ăn uống đầy đủ để nâng cao sức đề kháng của cơ thể.

Đột tử cấp a tâm phổi mẩn

Tâm phổi mẩn là bệnh tim do các bệnh phổi mẩn tính như viêm phổi quỳ n mẩn tính, hen phế quản, giãn phế quản, giãn phế nang, lao phổi... gây ra. Di căn bệnh hay gặp là bệnh tim đột tử ngay khi gặp thời tiết giá lạnh. Bệnh nhân khó thở nhiều, sau vài đợt cấp độ nguy hiểm đến tính mạng. Do đó việc phòng tránh đột tử cấp a tâm phổi mẩn mùa lạnh là việc đáng song còn, người bệnh phải được biết rõ và tự bảo vệ mình bằng cách giữ ấm, ăn uống đầy đủ, tránh ăn thức ăn lạnh, không tắm nước lạnh, kiêng ra gió và tránh bệnh mùa đông... Được biết phải chú ý nhận biết các dấu hiệu phòng đột tử cấp a ngay khi bệnh trở nặng theo chỉ định của bác sĩ.

Giãn phế quản mạn tính: (giãn phế quản xuất tiết): có thể là bệnh cao nhất, bệnh nhân ho khạc nhiều đờm, nguyên nhân thông thường do nhiễm khuẩn. Lạnh là yếu tố kích thích phế quản xuất tiết nhiều niêm dịch, do niêm dịch đọng trong các phế quản tạo môi trường thuận lợi cho vi khuẩn phát triển. Phòng bệnh này cần chú ý chăm sóc lạnh, chăm sóc nhiễm khuẩn, ăn uống đầy đủ để nâng cao thể trạng.

Áp - xe phổi: nếu các bệnh viêm phổi, giãn phế quản bệnh nhân mùa lạnh không được điều trị tích cực sẽ biến thành áp xe phổi. Vi khuẩn gây bệnh thông thường gặp là: S. pneumoniae, H.influenzae. Trẻ em, áp - xe phổi thông thường do tắc nghẽn. Với bệnh nhân áp - xe phổi, điều trị nội khoa tích cực mà không kết quả, cần kết hợp phẫu thuật bằng phẫu thuật. Phòng bệnh nên mặc ấm, giữ kín cơ thể; nhà phải kín cửa, có thể xông hơi bằng hơi nước để tạo ẩm độ, và bệnh nhân khô cho không khí thông, nhiệt độ, áp; khi ra khỏi nhà nên đeo khẩu trang tránh không khí lạnh vào mũi, miệng.

Lao phổi: thông thường nặng lên trong mùa lạnh nếu không được chăm sóc, điều trị tốt. Thông thường lao thông thường lan rộng, phá hủy nhu mô phổi nhiều, lao làm cho thể trạng bệnh nhân suy kiệt. Ngoài bệnh lao sẩn có, mùa lạnh bệnh nhân còn có thể bị nhiễm vi khuẩn S.pneumoniae, H.influenzae. Mùa đông - xuân thông thường có thể là tràn dịch màng phổi cao, ch

ýu do b̄ lao. Tr̄ng h̄p tràn d̄ch nhīu có bīu hīn ép ph̄i và các t̄ng trong l̄ng nḡc, b̄nh nhân ph̄i đ̄c đ̄u tr̄ t̄i b̄nh vīn, kh̄n tr̄ng ch̄c tháo d̄ch đ̄ tránh tai bīn ép t̄ng, suy hô h̄p, dày d̄nh màng ph̄i, đ̄ng v̄i màng ph̄i. Vì v̄y, cách phòng b̄nh t̄t nh̄t là tích c̄c đ̄u tr̄ lao theo phác đ̄ đ̄ng s̄ đ̄ng đ̄i v̄i t̄ng b̄nh nhân, ăn ūng đ̄y đ̄, m̄c m̄, tránh b̄ nhīm l̄nh.

B̄nh cúm gia tăng v̄ mùa l̄nh

Mùa đ̄ng - xuân l̄nh và m̄ là đ̄u kīn thūn l̄i cho b̄nh cúm hoành hành. B̄nh lây qua đ̄ng hô h̄p nên d̄ lây lan qua tīp xúc tr̄c tīp, nh̄t là trong đ̄u kīn t̄p trung đ̄ng nḡi nh̄ h̄i h̄p, tr̄ng h̄c, ch̄, siêu th̄. Tiêm vaccin có tác đ̄ng phòng m̄t s̄ b̄nh cúm; góp ph̄n phòng ch̄ng cúm H5N1 nḡi. M̄t nḡi đã tiêm phòng b̄nh cúm thông th̄ng, n̄u m̄c thêm cúm H5N1 s̄ không quá lo nḡi b̄i có th̄ đ̄u tr̄ kh̄i n̄u đ̄c phát hīn s̄m.

ThS. Ph̄m Thanh Tùng