BỆNH HO VÀ ĐIỀU TRỊ

1. Định nghĩa: phản xạ tự nhiên có lợi của cơ thể khi đường hô hấp bị tắc nghẽn hay kích thích.

2. Đặc điểm:  
- Thường do virus.  
- Ho thường tự khỏi hay cải thiện sau vài ngày. Nếu ho liên tục trên 2 tuần nên đến khám bác sĩ.  
- Có 2 loại ho:  
 + Ho khan: thường do virus và tự khỏi.  
 + Ho đàm: đàm do cơ thể sinh ra, thường do nhiễm trùng hô hấp hay dị ứng. đàm không màu thường không do vi khuẩn.. Đàm màu (xanh hay vàng) thường do viêm phổi, viêm phế quản, kèm sốt, đổ mồ hôi.  
 Các loại ho:  
- Lao: ho mãn tính, ho ra máu, đổ mồ hôi đêm.  
- Ho gà: nhiễm trùng cấp tính gây ho, thường ở trẻ em, ho về đêm, thở rít, khạc đàm, nôn mữa.  
- Cảm cúm, viêm họng liên quan đến ho: thường kèm sốt, đau nhức cơ thể.  
- Suyển gây ho: thường ho lúc nữa đêm, ở trẻ em. Cơn suyễn có thể chỉ biểu hiện với ho, không kèm khò khè. Tiền sử gia đình.  
- Suy tim: có thể là triệu chứng suy tim. Đặc biệt với bệnh nhân có tiền sử suy tim.  
- Trào ngược dạ dày thực quản: gây ho, đau rát họng, thở mùi chua.  
- Hút thuốc lá: gây ho, làm trầm trọng cơn ho.  
- Ho do thuốc: dùng thuốc ức chế men chuyển như lisinopril, catopril có thể gây ho, tỷ lệ 2-10%. (do ức chế phân hủy bradykinin trong phổi gây ho).  
Điều trị dùng thuốc: ho do nhiều nguyên nhân, chủ yếu điều trị nguyên nhân. Ho là phản xạ có lợi cho cơ thể, nếu ho gây nhiều ảnh hưởng cho sinh hoạt có thể dùng thuốc dể cắt cơn ho, giảm tần suất ho.

3. Điều trị

- Thuốc cắt cơn ho khan:  
 + Dẫn xuất opioid (hạn chế dùng cho trẻ em): codein liều dùng người lớn 10 - 20 mg 1 lần, 3 - 4 lần trong ngày,quá liều gây nghiện. tác dụng phụ gây táo bón, buồn ngủ. dextromethorphan an toàn hơn, ít gây nghiện, buồn ngủ. liều dùng: Uống 10 - 20 mg, 4 giờ/lần, hoặc 30 mg, 6 - 8 giờ/lần, tối đa 120 mg/24 giờ.  
 + Kháng histamin trị ho: diphenhydramin hay promethazin. Thường gây buồn ngủ, hiệu quả tốt với cơn ho ban đêm. Liều dùng diphenhydramin 25 mg, cứ 4 - 6 giờ một lần (dạng siro).  
 + Tinh dầu: viên nang chứa tinh dầu menthol, eucalyptol có tính xát trùng hô hấp có thể có hiệu quả.  
 + Siro trị ho có nguồn gốc thảo dược như tinh dầu, mật ong, cát cánh… như pectol, prospan có thể có hiệu quả, an toàn đặc biệt cho trẻ em, phụ nữ mang thai.  
Hiện nay trên thị trường có các chế phẩm siro trị ho gồm 1 hay nhiều thành phần giúp cắt cơn ho khá hiệu quả như: astex, theralene, atussin…  
- Thuốc trị ho có đàm:  
 + N – acetylcystein: uống với liều 200 mg, ba lần mỗi ngày, hoặc phun mù, nhỏ trực tiếp, dùng máy hút đờm.  
 + Đàm thường do nhiễm khuẫn hô hấp: dùng thêm kháng sinh đường uống hoặc tiêm tùy mức độ bệnh, thường dùng cephalosporin thế hệ 3, macrolid, quinolon thế hệ 3, 4….  
Điều trị không dùng thuốc:  
- Giữ ấm cổ, tránh tiếp xúc với không khí lạnh.  
- Tránh tiếp xúc với phấn hoa, thú nuôi, môi trường ô nhiễm.  
- Hạn chế hút thuốc, tránh xa khói thuốc.  
- Xúc họng bằng nước muối pha loãng, ngậm họng bằng nước pha loãng mật ong, chanh.