

# Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a group of lung diseases that block the flow of air as you breathe out or exhale. Some of the most common diseases include:

- Emphysema
- Chronic bronchitis
- Asthma

Air needs to move in and out of your lungs to meet your body's needs. When the flow of air out of the lungs is blocked, stale air becomes trapped in the lungs. This makes it harder for the lungs to get enough oxygen to the rest of the body.

## **Causes**

The leading causes of COPD are:

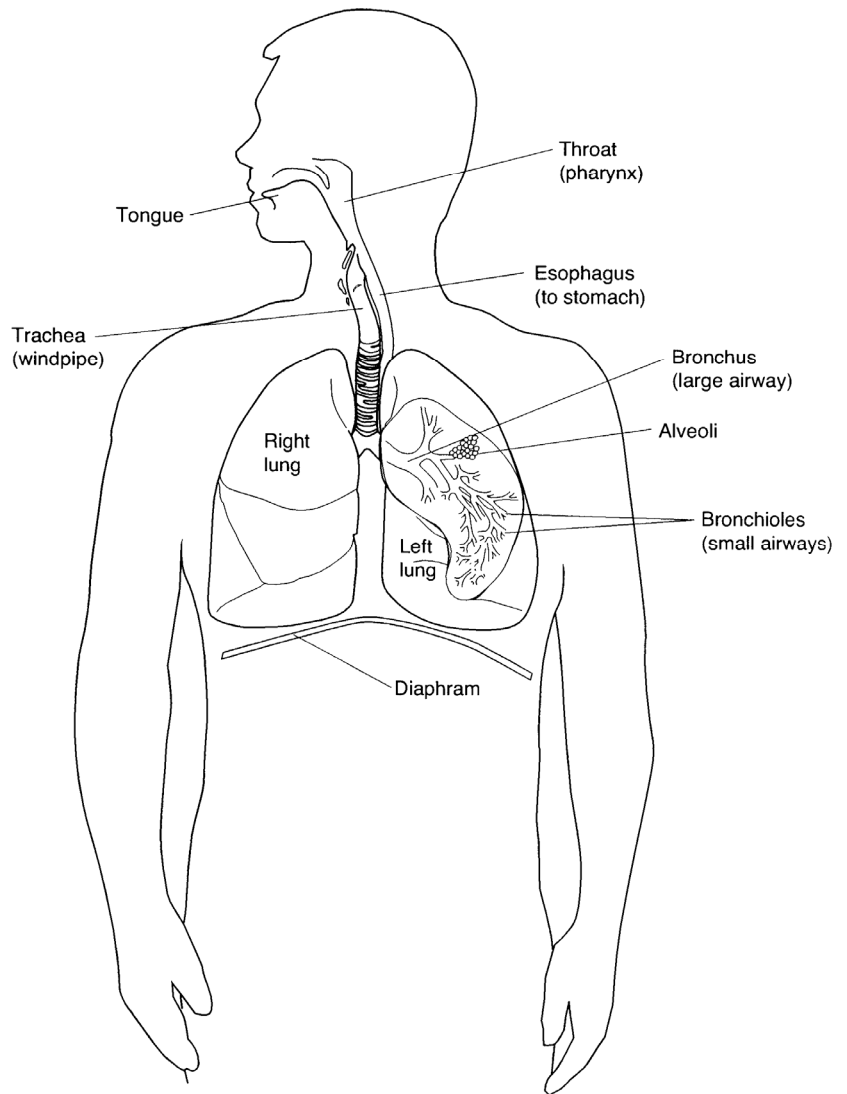
- Smoking
- Working in a polluted environment
- Second hand smoke

## **Signs**

The signs of COPD are:

- Coughing
- Wheezing
- Feeling short of breath

These signs can be serious enough to affect your daily activities.



# Bệnh Nghẽn Phổi Mãn Tính

## (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, hay COPD)

COPD là một nhóm bệnh về phổi làm nghẽn lưu lượng khí khi quý vị thở ra hay hít vào. Sau đây là một số bệnh thông thường nhất:

- Bệnh tràn khí
- Bệnh viêm cuống phổi mãn tính
- Bệnh hen suyễn

Không khí cần phải luân chuyển ra vào phổi để đáp ứng nhu cầu của cơ thể. Khi lưu lượng không khí ra khỏi phổi bị nghẽn lại, không khí dơ bị giữ lại trong phổi. Điều này làm cho phổi không cung cấp đầy đủ dưỡng khí cho các bộ phận khác trong cơ thể.

### Nguyên nhân

Nguyên nhân chủ yếu của bệnh COPD là do:

- Hút thuốc lá
- Làm việc trong môi trường bị ô nhiễm
- Hít khói thuốc lá người khác

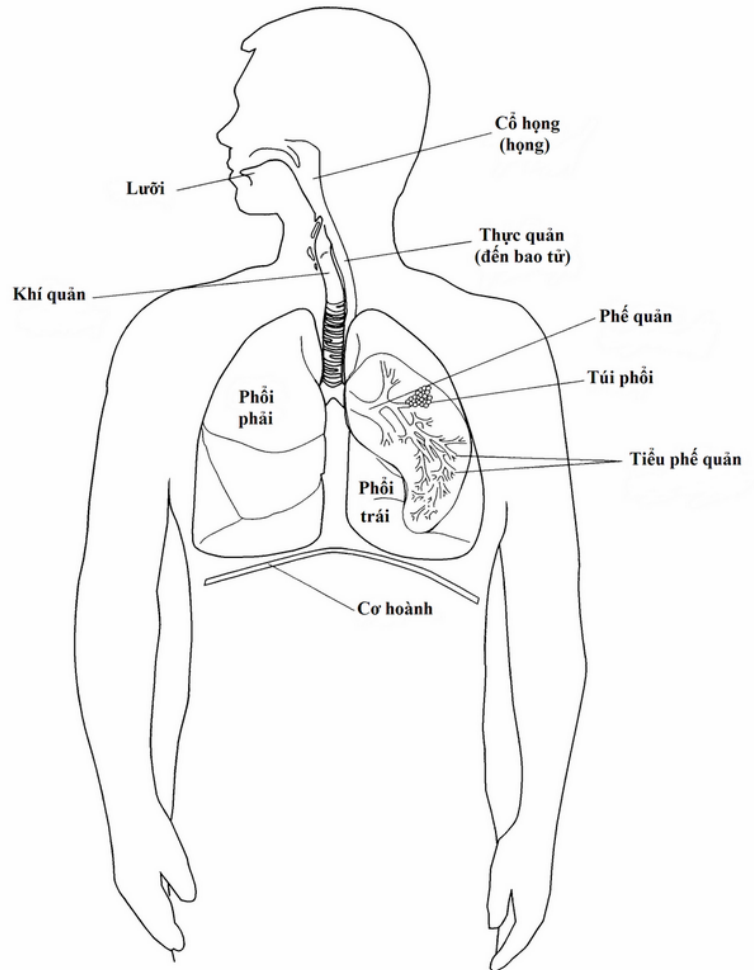
### Dấu hiệu

Các dấu hiệu của COPD là:

- Ho
- Thở khò khè
- Cảm thấy đứt hơi

Các dấu hiệu này có thể nghiêm trọng đủ để ảnh hưởng tới các sinh hoạt hàng ngày của quý vị

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Vietnamese.



## **Your Care**

Your doctor will do a medical exam and order tests such as:

- Chest x-ray
- CT scan
- Blood test
- Pulmonary function test

The damage to your lungs from COPD cannot be reversed and there is no cure. With the help of your health care team, you can manage the disease to slow its progress. To manage your COPD:

- Stay active.
- Quit smoking.
- Maintain a healthy weight.
- Eat a balanced diet.
- Drink a lot of fluids.
- Control stress.
- Take your medicines such as inhalers, steroids and antibiotics as ordered.
- Do home oxygen therapy if ordered.
- Attend a pulmonary rehab program to learn about COPD and exercise to improve your health.

**Talk to your health care team about your questions and concerns.**

## Chăm sóc

Bác sĩ của quý vị sẽ khám tổng quát và làm các xét nghiệm sau:

- Chiều quang tuyến x ngực
- Chụp quang tuyến cắt lớp điện toán
- Thử nghiệm máu
- Thử hoạt động của phổi

Bị tổn thương phổi khi bị COPD là bệnh không thể hồi phục lại được và không thể chữa khỏi được. Với sự giúp đỡ của nhóm chăm sóc sức khỏe, quý vị có thể làm chậm lại quá trình phát triển của bệnh. Để quản lý bệnh COPD, quý vị cần phải:

- Sống năng động.
- Bỏ hút thuốc lá.
- Giữ cân lượng khỏe mạnh.
- Ăn uống điều độ.
- Uống nhiều nước.
- Tránh tâm trạng căng thẳng.
- Dùng các loại thuốc như ống xịt thuốc, nhóm chất steroid và thuốc kháng sinh theo toa.
- Trị liệu bằng dưỡng khí tại nhà nếu được chỉ định.
- Tham dự chương trình phục hồi phổi để biết thêm về COPD và cách luyện tập cơ thể để cải tiến sức khỏe mình.

**Bàn với nhóm chăm sóc sức khỏe nếu quý vị có bất cứ câu hỏi hay thắc mắc nào.**

2/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Vietnamese.