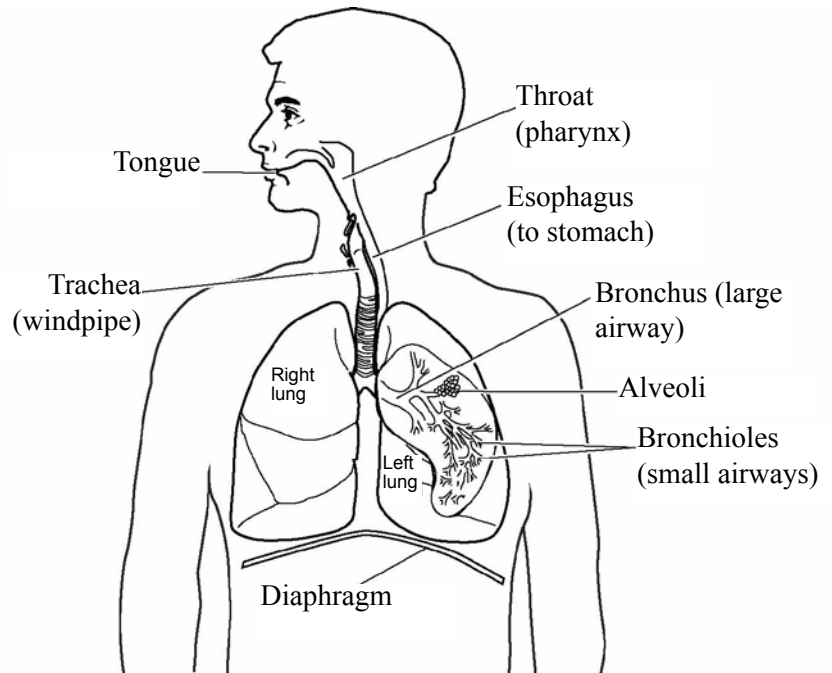


Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a common lung disease. There are 2 main types of COPD:

- **Emphysema** involves the alveoli or small air sacs being irritated. Over time the air sacs get stiff and will not let oxygen into and carbon dioxide out of your blood.
- **Chronic bronchitis** involves the large and small airways getting swollen and full of mucus. The mucus can block the airways and make it hard to breathe.



Many people with COPD have both types.

This disease develops over years. Treatment can ease signs and keep the disease from getting worse.

Causes

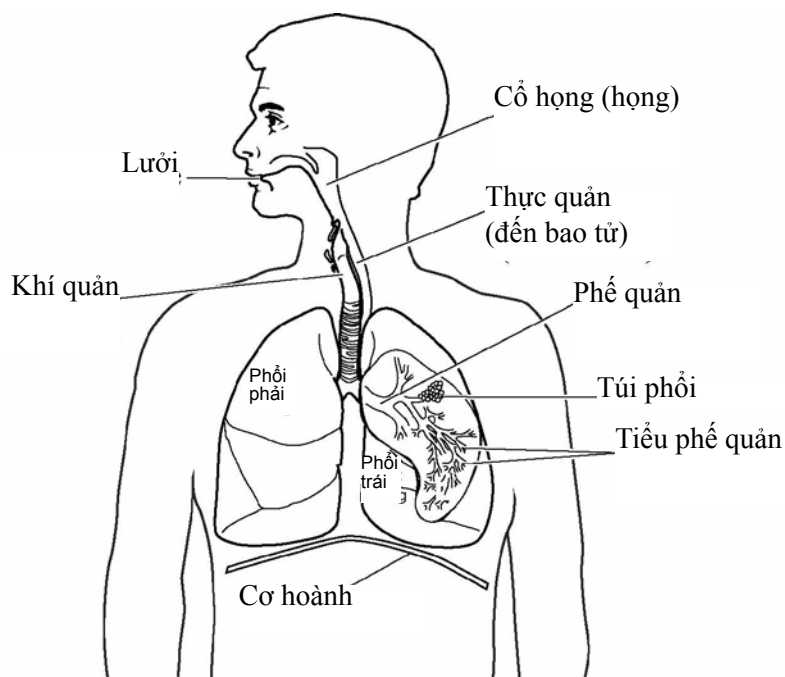
The leading causes of COPD are:

- Smoking
- Working in a polluted environment where you breathe in large amounts of dust, fumes, smoke or gases
- Second hand smoke

Bệnh Nghẽn Phổi Mãn Tính (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, hay COPD)

COPD là bệnh thông thường về phổi. Có 2 loại COPD chính:

- **Bệnh tràn khí (Emphysema)** liên quan đến túi phổi hoặc các túi khí nhỏ bị kích thích. Dần dà, các túi khí bị tê cứng và không cho oxy vào và cũng không cho anhydrit cacbonic ra khỏi máu của quý vị.
- **Bệnh viêm cuống phổi mãn tính (Chronic bronchitis)** liên quan đến các phế quản và tiểu phế quản bị sưng và đầy đờm. Chất đờm có thể chặn phế quản và làm khó thở.



Nhiều người bị COPD có cả hai loại.

Bệnh này phát triển theo thời gian. Chữa trị có thể làm giảm bớt các triệu chứng và giữ cho bệnh không bị trầm trọng thêm.

Nguyên nhân

Nguyên nhân chủ yếu của bệnh COPD là do:

- Hút thuốc lá
- Làm việc trong môi trường bị ô nhiễm nơi quý vị có thể hít một lượng lớn của bụi, khói hoặc khí
- Hít khói thuốc lá người khác

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Vietnamese.

Signs

The signs of COPD are:

- Ongoing cough with or without mucus
- Wheezing
- Feeling short of breath that gets worse with activity
- Chest tightness

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

Your Care

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

- Pulmonary function test to see how well your lungs are working
- Chest x-ray
- CT scan
- Blood 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.

Dấu hiệu

Các dấu hiệu của COPD là:

- Ho hoài, có hoặc không có đờm
- Thở khò khè
- Cảm thấy đứt hơi và trở nên mệt hơn khi hoạt động
- Chẹn buồng ngực

Các dấu hiệu này đủ nghiêm trọng để làm ảnh hưởng đến hoạt động hàng ngày của quý vị.

Chăm sóc

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

- Thử hoạt động của phổi để xem phổi của quý vị hoạt động như thế nào
- Chiếu quang tuyến ngực
- Chụp quang tuyến cắt lớp điện toán
- Thử nghiệm máu

Bị tổn thương phổi khi bị COPD là bệnh không thể hồi phục lại được và không thể chữa trị 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 thể trọng khỏe mạnh.
- Ăn uống điều độ.
- Uống nhiều nước.

- 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.
- Get a flu shot each year and talk to your doctor about getting a pneumonia shot.
- Get treatment right away if you get a cold or other infection in your nose or lungs.

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

- 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.
- Đi chích ngừa cảm cúm mỗi năm và nói chuyện với bác sĩ về việc chích ngừa viêm phổi.
- Chữa trị ngay nếu quý vị bị bệnh cảm hoặc bị nhiễm khuẩn trong mũi hoặc phổi.

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

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Vietnamese.