

# Toàn Cảnh **Bệnh Hen Suyễn**: Từ Cơ Chế Bệnh Sinh Đến Chiến Lược **Điều Trị** Mới Nhất (GINA 2025)

*Báo cáo nghiên cứu toàn diện & Thực trạng tế học tại Việt Nam.*



Dựa trên dữ liệu từ GINA 2025 Strategy Report, NIH, WHO và Bộ Y tế Việt Nam.

# Tổng Quan: Gánh Nặng Vô Hình & Hy Vọng Mới

# 4 TRIỆU

Người Việt Nam đang chịu ảnh hưởng bởi hen suyễn, tương đương 3,9% dân số.



**3.000 - 4.000** ca tử vong mỗi năm tại Việt Nam, phần lớn có thể phòng tránh được.

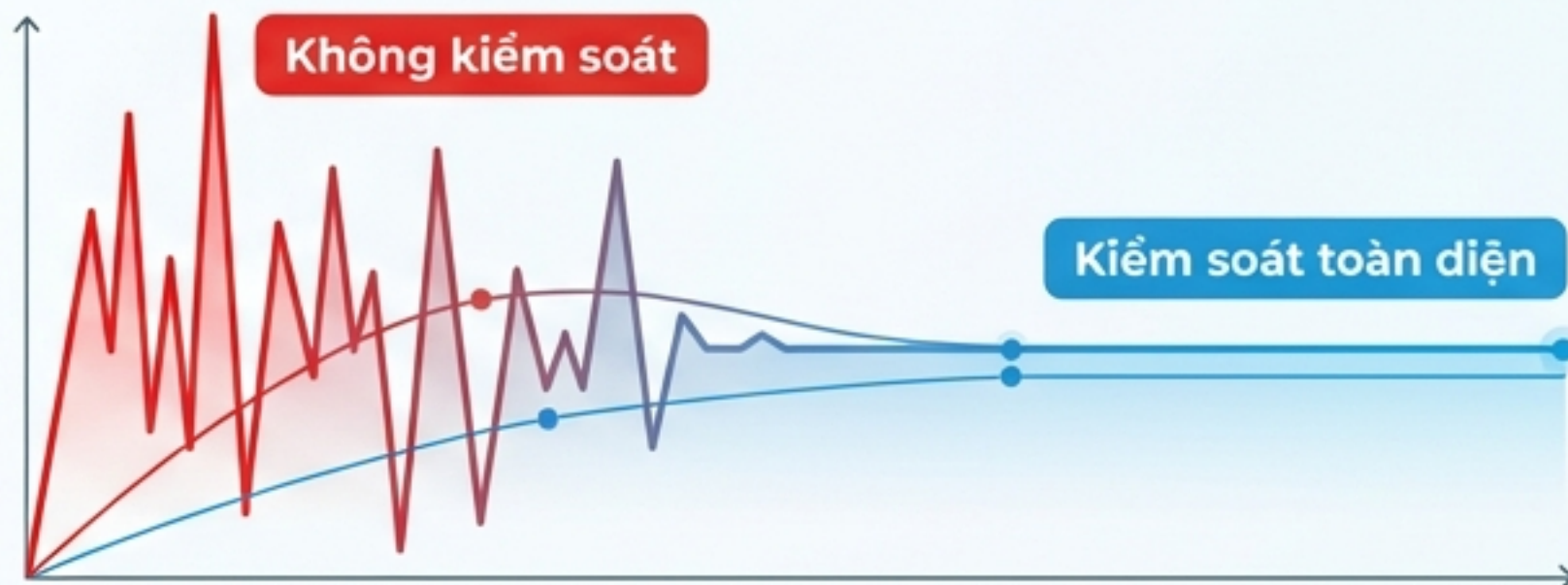
## Định nghĩa:

Hen suyễn là tình trạng viêm mãn tính đường thở, gây co thắt và tăng phản ứng phế quản.

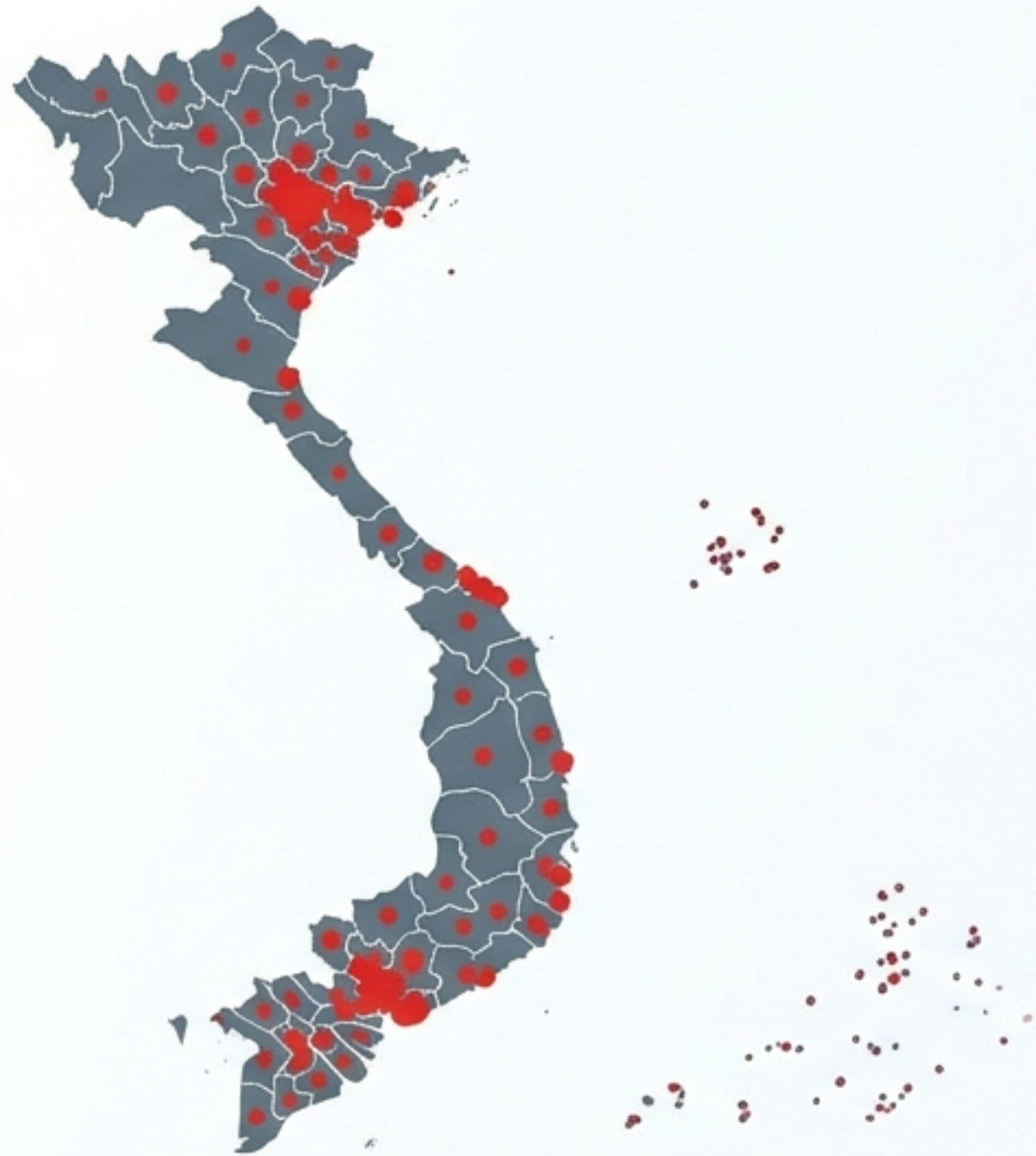


## Bước Ngoặt GINA 2025:

Hướng dẫn GINA 2025 mang đến thay đổi mang tính cách mạng: Loại bỏ việc chỉ dùng thuốc cắt cơn đơn thuần (SABA), chuyển sang kiểm soát viêm ngay từ đầu.



# Thực Trạng Tại Việt Nam: Khoảng Trống Trong Kiểm Soát Bệnh



**3,9%**

Dân số chung mắc bệnh

Trẻ em: 3,2% | Người lớn: 4,3%

**69,6%**

Bệnh nhân tại tuyến tỉnh chưa kiểm soát được bệnh

## Hành động Quốc gia:

- Dự án Quốc gia Phòng chống COPD & Hen suyễn (từ 2010).
- Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị (Bộ Y tế 2020).

Mặc dù có các chương trình quốc gia, tỷ lệ bệnh nhân chưa được kiểm soát vẫn ở mức cao, tạo áp lực lớn lên hệ thống y tế và kinh tế hộ gia đình.

# Be Vietnam Pro: Giải Mã Hen Suyễn: Định Nghĩa & Phân Loại

**Định nghĩa:** Rối loạn viêm mãn tính đường hô hấp + Tăng phản ứng đường thở → Khò khè, khó thở, nặng ngực, ho.

## BƯỚC 4: Nặng kéo dài

- Triệu chứng liên tục.
- FEV1 < 60%.
- Cơ cấp thường xuyên.

## BƯỚC 3: Vừa kéo dài

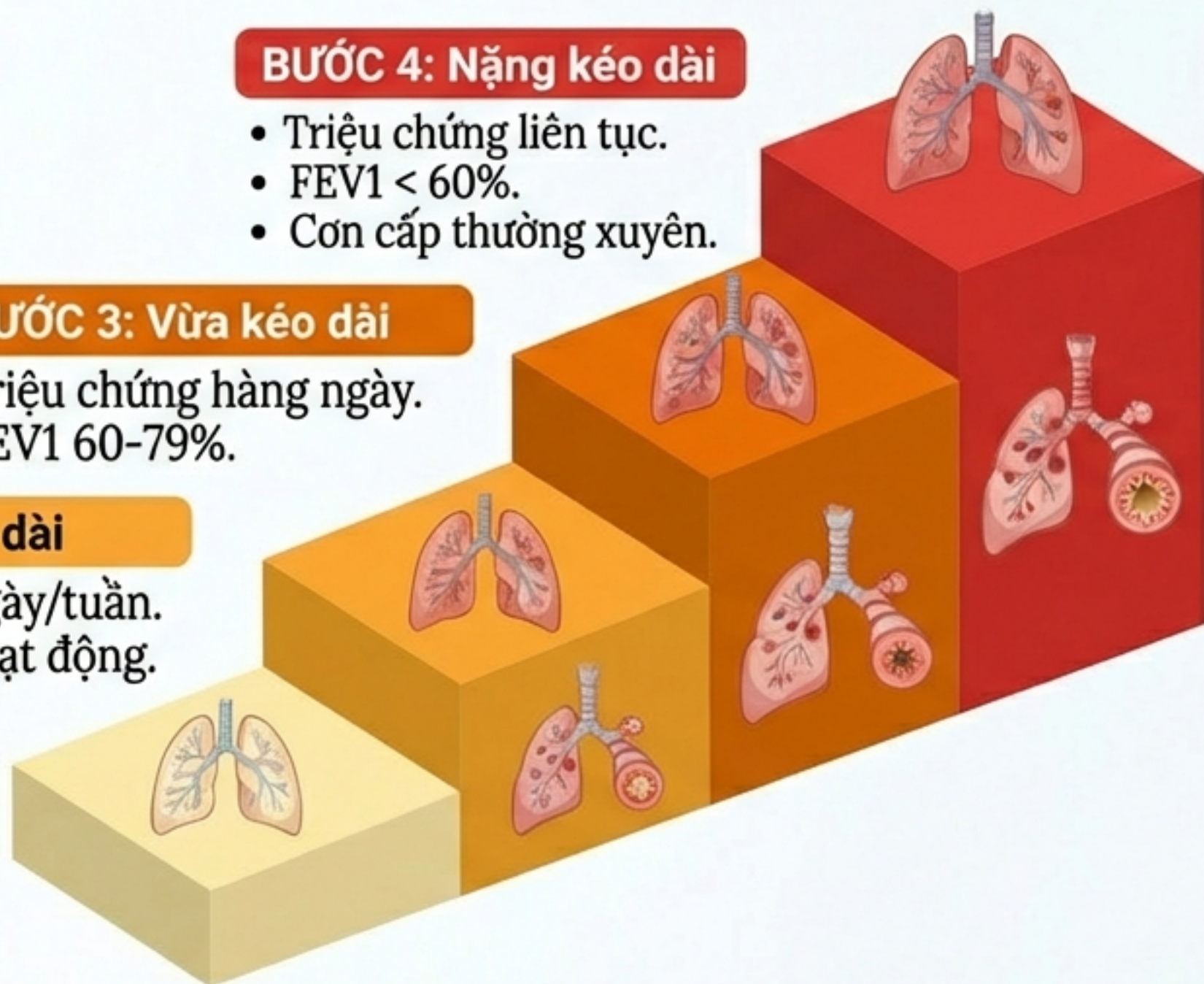
Triệu chứng hàng ngày.  
FEV1 60-79%.

## BƯỚC 2: Nhẹ kéo dài

Triệu chứng > 2 ngày/tuần.  
Ảnh hưởng nhẹ hoạt động.

## BƯỚC 1: Nhẹ từng cơn

Triệu chứng ≤ 2 ngày/tuần.  
Chức năng phổi bình thường.



## Phân Loại Nguyên Nhân



**Hen dị ứng (Ngoại sinh):**  
Phấn hoa, bụi, lông thú.



**Hen không dị ứng (Nội sinh):** Vận động, lạnh, stress.

# Be Vietnam Pro: Căn Nguyên: Sự Giao Thoa Giữa Di Truyền & Môi Trường

## DI TRUYỀN (The Seed)



- 50-60% liên quan đến yếu tố di truyền.
- Nguy cơ con mắc bệnh là 25% nếu một cha/mẹ bị hen.

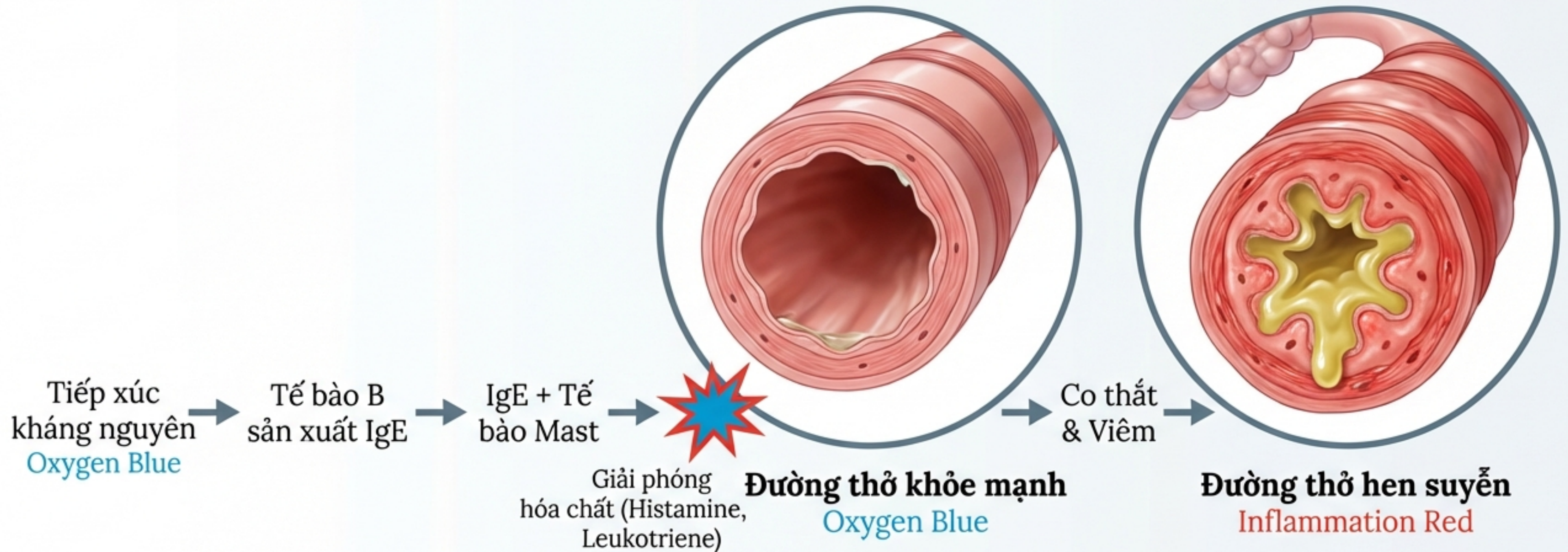
## MÔI TRƯỜNG (The Soil)



- Ô nhiễm: Khói bụi, khí thải công nghiệp, NO<sub>2</sub>.
- Dị nguyên: Bụi nhà, nấm mốc, phấn hoa.
- Lối sống: Khói thuốc lá, vận động gắng sức.

**Yếu tố kích phát:** Stress tâm lý, thay đổi thời tiết, nhiễm virus đường hô hấp, thuốc (Aspirin/NSAIDs).

# Bên Trong Đường Thở: Cơ Chế Bệnh Sinh



**Tăng Phản Ứng Phế Quản:** Đường thở nhạy cảm quá mức, co thắt dễ dàng với kích thích nhỏ.

**Tái Cấu Trúc (Remodeling):** Xơ hóa và tăng sinh mạch máu, dẫn đến giảm chức năng phổi vĩnh viễn.

# Nhận Diện Kẻ Thù: Triệu Chứng & Dấu Hiệu Cảnh Báo



## **Khò khè**

Âm thanh rít khi thở ra.



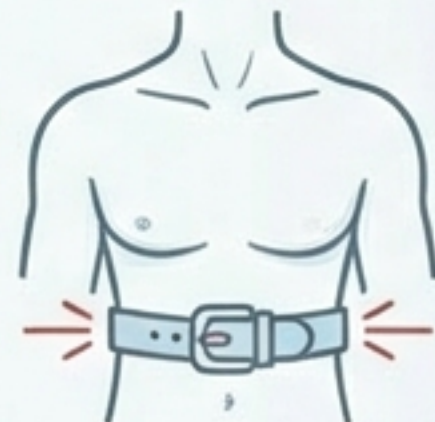
## **Ho**

Kéo dài, thường về đêm/gần sáng.



## **Khó thở**

Cảm giác thiếu khí.



## **Tức ngực**

Cảm giác bị siết chặt.

## **DẤU HIỆU CẤP CỨU (CẦN ĐI VIỆN NGAY)**

- Không thể nói hết câu.
- Môi tím tái, vã mồ hôi lạnh.
- Mất ý thức hoặc lơ mơ.
- Cánh mũi phập phồng, nhịp thở nhanh nông.

# Cái Giá Của Sự Thờ Ơ: Hậu Quả & Gánh Nặng

## Sức khỏe

Nguy cơ tràn khí màng phổi, xẹp phổi, tiến triển thành COPD.



## Tâm lý

Lo âu, trầm cảm, giảm chất lượng cuộc sống.



**Tử Vong:**  
**250.000**  
ca/năm toàn cầu.

**Việt Nam:**  
**3.000 - 4.000**  
ca/năm.

## Gia đình

Gánh nặng chăm sóc, mất thu nhập.



## Quốc gia

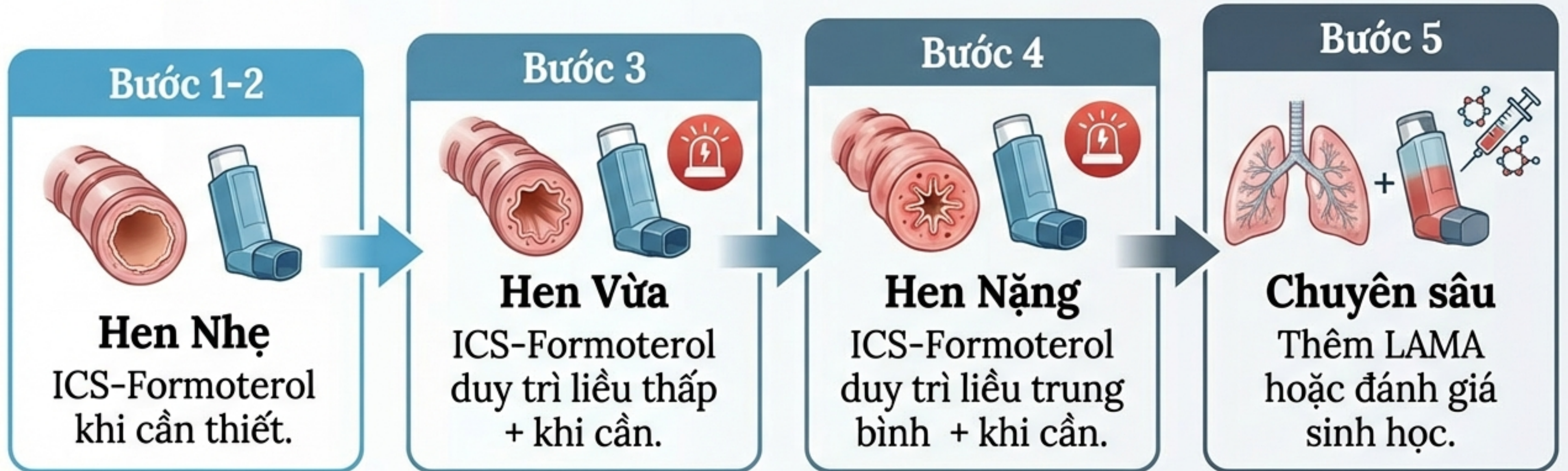
Chi phí y tế khổng lồ cho điều trị cấp cứu.



LƯU Ý: KHÔNG CÒN khuyến dùng SABA đơn thuần (như Ventolin) để điều trị hen.

## GINA 2025: Cuộc Cách Mạng Trong Điều Trị (Người Lớn & Trẻ >12 Tuổi)

Liệu pháp MART (ICS-Formoterol)



**Cơ chế:** Giảm viêm mỗi khi cắt cơn, ngăn ngừa đợt cấp.

# Be Vietnam Pro: Đối Tượng Đặc Biệt & Y Học Chính Xác

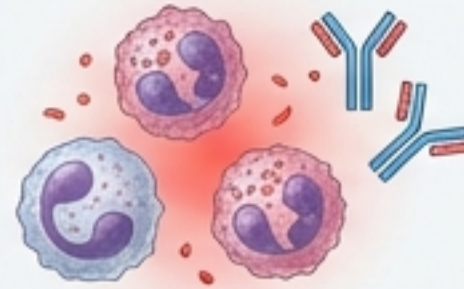


## Trẻ Em (6-11 Tuổi)

- **Bước 1:** ICS + SABA khi cần.
- **Bước 3-4:** Khuyến khích liệu pháp SMART (Duy trì và giảm triệu chứng trong một bình hít).

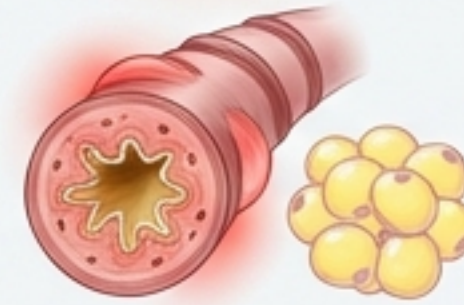


## Y Học Chính Xác (Phenotypes & Biologics)






### Hen Dị Ứng (T2-High)

Bạch cầu ái toan tăng, IgE tăng.

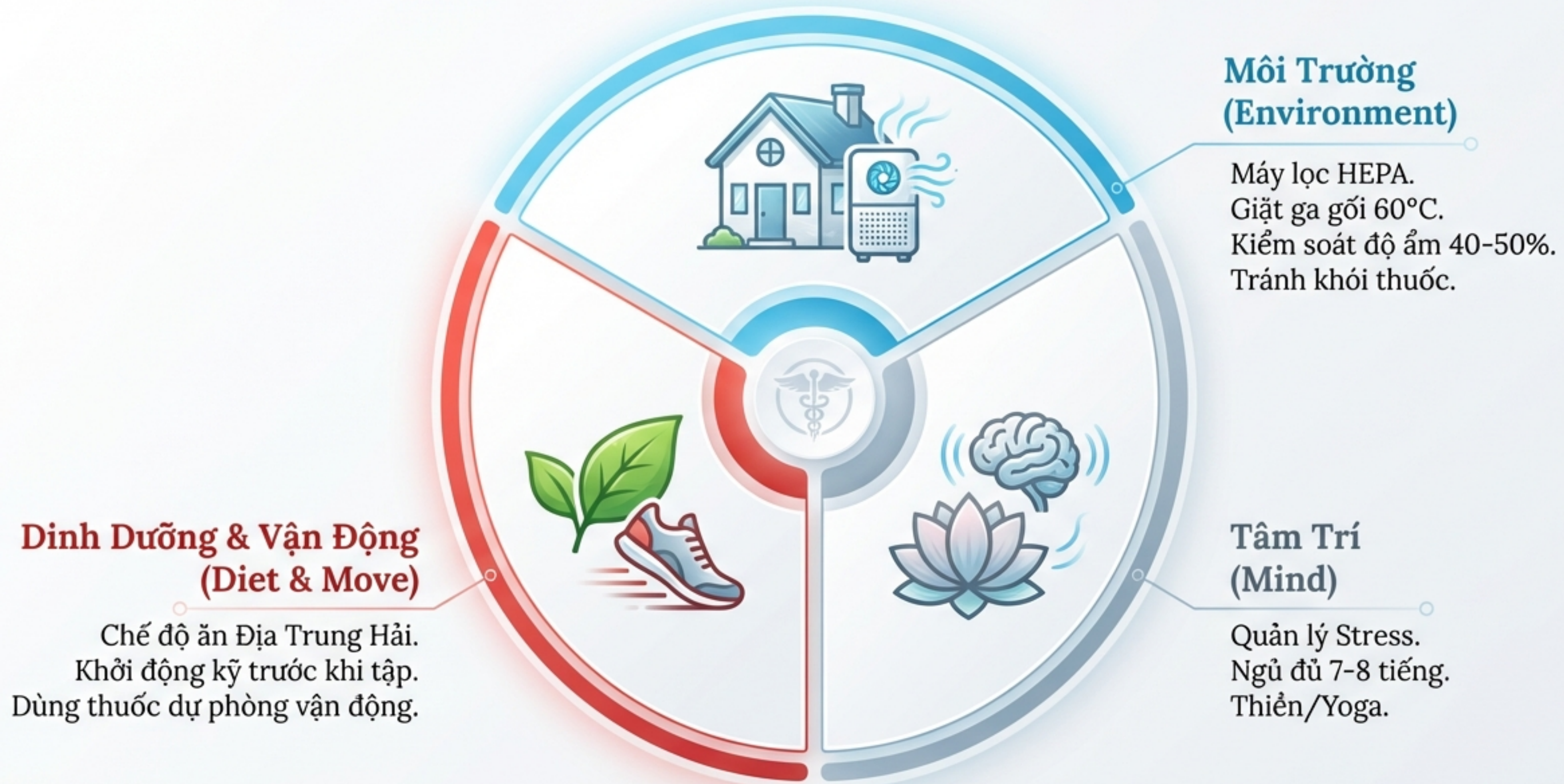


### Hen Không Dị Ứng (T2-Low)

Thường do béo phì, ít đáp ứng Corticoid.

Thuốc sinh học	
 IgE	<b>Omalizumab:</b> Kháng IgE.
 IL-5	<b>Mepolizumab/Reslizumab:</b> Kháng IL-5.
 IL-4/IL-13	<b>Dupilumab:</b> Kháng IL-4/IL-13.

# Phòng Ngừa Chủ Động & Lối Sống Lành Mạnh



# Kế Hoạch Hành Động Toàn Diện

## BỆNH NHÂN



- Tuân thủ:**  
Không tự ý ngưng ICS.



- Kỹ thuật:**  
Sử dụng đúng bình hít.



- Theo dõi:**  
Ghi chép lưu lượng đỉnh (PEF).

## GIA ĐÌNH



- Tạo môi trường sạch (không khói/lông thú).



- Luôn mang theo thuốc cất cơ.



- Hiểu rõ dấu hiệu cấp cứu.

## HỆ THỐNG Y TẾ



- Tiếp cận thuốc ICS-Formoterol.



- Giáo dục Kế hoạch hành động văn bản.



# Thông điệp Cốt Lõi

Hen suyễn là bệnh mãn tính không thể chữa khỏi hoàn toàn, nhưng có thể **kiểm soát toàn diện**. Với chiến lược GINA 2025, mục tiêu không chỉ là sống sót qua cơn hen, mà là ngăn ngừa cơn hen xuất hiện.

**“Kiểm soát toàn diện -  
Nâng tầm cuộc sống.”**

Nguồn: GINA Strategy Report 2025, WHO Asthma Fact Sheet, Vietnam Ministry of Health Guidelines 2020.