

HO LÀ MỘT CHUYỆN

HO TRIỀN MIÊN KHÔNG NGÓT

— LÀ CHUYỆN KHÁC —



Ho, mệt mỏi, hụt hơi— nếu bạn có triệu chứng này liên tục và đã có sẵn bệnh lý về phổi, như bệnh giãn phế quản, bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD), hoặc hen phế quản, đây có thể là dấu hiệu của bệnh phổi gọi là NTM.

BỆNH PHỔI **NTM LÀ GÌ?**

Bệnh phổi do vi khuẩn lao không điển hình (NTM) là bệnh mắc phải do vi khuẩn chúng ta hít vào qua đường mũi và miệng.

Vi khuẩn NTM thường có trong môi trường. Có thể tìm thấy vi khuẩn này ở những nơi như nước máy, vòi hoa sen, hơi trong bồn tắm, và đất ở công viên hay vườn hoa. Các chủng NTM phổ biến nhất ở Mỹ là *Mycobacterium avium complex* (MAC).

Bệnh phổi NTM phát triển điển hình ở những người có sẵn các tình trạng bệnh phổi khác. Trong số tình trạng bệnh phổi đó là bệnh giãn phế quản, bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD), và hen phế quản.



MỆT MỎI LÀ MỘT CHUYỆN

MỆT MỎI
TRIỀN MIÊN
KHÔNG NGỚT

— LÀ CHUYỆN KHÁC —

NTM ẢNH HƯỞNG RA SAO ĐẾN **BẠN VÀ PHỔI CỦA BẠN**

NTM có thể khiến bạn ốm yếu và mắc một số triệu chứng như ho, mệt mỏi, và hụt hơi. Qua thời gian, triệu chứng có thể tệ hơn, bởi bệnh phổi NTM phát triển dần lên. Nghĩa là tình trạng nhiễm khuẩn sẽ tệ hơn theo thời gian và có thể gây ra tổn thương phổi nghiêm trọng và vĩnh viễn.

Do triệu chứng của bệnh phổi NTM giống triệu chứng của các bệnh phổi khác, bệnh nhân có thể đã bị bệnh phổi NTM vài năm mà không hề hay biết.



Nếu bạn có thắc mắc gì về NTM, hãy nói chuyện với bác sĩ.

[AboutNTM.com/More](https://www.aboutntm.com/more)

BỆNH PHỔI CỦA BẠN GÂY NGUY HIỂM CHO BẠN

Mọi người tiếp xúc với khuẩn NTM trong cuộc sống hàng ngày. Tuy nhiên, không phải ai cũng gặp nguy cơ nhiễm bệnh phổi NTM. Hầu hết mọi người không bị nhiễm bệnh bởi vì phổi của họ đủ khỏe mạnh để loại trừ vi khuẩn NTM.

Đối với những người có tiền sử bệnh phổi, như bệnh giãn phế quản, bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD), và hen phế quản, bệnh NTM dễ phát triển hơn. Bạn có thể cũng bị nhiễm bệnh nếu bạn bị viêm phổi mãn tính hoặc nghiêm trọng.

Đó là vì sự tổn thương gây ra do những bệnh này có thể dễ dàng khiến vi khuẩn NTM tấn công phổi hơn, và phổi khó loại bỏ khuẩn NTM hơn. Điều này khiến những người sẵn mắc các bệnh phổi đối mặt với nhiều nguy cơ nhiễm bệnh phổi NTM cao hơn.

BẠN CÓ BIẾT?



50%

50% người mắc chứng giãn phế quản có khả năng mắc bệnh phổi NTM hoạt động

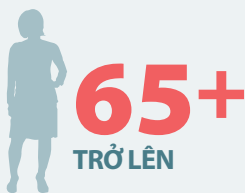


16x

Những người mắc Bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD) có tỷ lệ mắc NTM cao gấp 16 lần người bình thường

NTM **KHÔNG** được coi là lây truyền

AI KHÁC CŨNG ĐANG GẶP NGUY HIỂM?



Bệnh phổi NTM phổ biến ở nữ hơn ở nam. Những người từ 65 tuổi trở lên, thuộc nhóm dân số được cho là **tăng gần gấp đôi vào năm 2030**, có nguy cơ mắc bệnh tăng lên. Tuy nhiên, người ở độ tuổi 45 tuổi có thể cũng bị nhiễm.

Những người có hệ miễn dịch yếu cũng có thể tạo điều kiện cho NTM phát triển, kể cả những người uống các thuốc ảnh hưởng đến hệ miễn dịch.



Một số khu vực ở Mỹ có tỷ lệ mắc bệnh phổi NTM cao hơn những khu vực khác. Trên thực tế, 7 trên 10 trường hợp sống dọc theo vùng ven biển.

Nếu bạn nằm trong số đó, hãy nói chuyện với bác sĩ để xem bạn có nguy cơ cao hay không.

[AboutNTM.com/More](https://www.aboutntm.com/more)

NHẬN BIẾT CÁC TRIỆU CHỨNG

Các triệu chứng bệnh phổi NTM cũng giống tình trạng phổi khác cho nên NTM thường bị chẩn đoán nhầm hoặc không hề được phát hiện.

Nhiều người có những triệu chứng này nghĩ rằng đó là do tình trạng phổi họ sẵn có. Ví dụ, nếu bạn mắc chứng giãn phế quản, bạn có thể ho rất nhiều. Nhưng việc ho đó có thể không phải do chứng giãn phế quản sẵn có. Việc ho đó có thể do NTM.

Vậy làm thế nào để biết triệu chứng đó do NTM và không phải chỉ là tình trạng phổi hiện tại của bạn đang trở nên tệ hơn?

Thực ra rất khó nói. Nhưng bác sĩ của bạn có thể tiến hành một số xét nghiệm để nhận biết các triệu chứng có phải do NTM hay không.

TRIỆU CHỨNG CHÍNH LÀ GÌ?

Nếu bạn bị bệnh phổi NTM, bạn có thể có một hoặc nhiều dấu hiệu và triệu chứng sau đây:



Ho

Triệu chứng có thể ho liên tục không dứt theo kiểu “ho từng cơn,” hoặc ho lên ho xuống. Bạn có thể ho theo kiểu ho khan, ra đờm, khiến bạn không ngủ được, hoặc ra máu. Nếu bạn ho ra máu, bạn phải gọi hoặc thăm khám bác sĩ của bạn ngay



Thường Cảm thấy Mệt mỏi

Kiệt sức, khó khăn trong những hoạt động thường ngày



Khó thở/Hụt hơi

Khi những hoạt động hàng ngày như dắt chó đi dạo hoặc leo cầu thang khiến bạn hụt hơi, thở khò khè, hoặc bị thắt ngực



Giảm cân và/hoặc Ăn không Ngon miệng

Giảm cân và/hoặc chán ăn đột ngột không có lý do



Sốt

Sốt nhẹ có thể kèm theo mồ hôi vào ban đêm và ớn lạnh



Nhiễm khuẩn tái phát

Nếu bạn bị nhiễm khuẩn phổi hoặc viêm phổi



Triệu chứng Không đỡ khi dùng Thuốc

Bạn có thể uống thuốc để chữa trị các tình trạng phổi khác trong thời gian dài. Nhưng dù đã uống thuốc, bạn vẫn không khỏi

Nếu có thắc mắc về triệu chứng của NTM, bạn hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn.

[AboutNTM.com/More](https://www.aboutntm.com/more)

ĐI XÉT NGHIỆM

Quan trọng là bạn phải xét nghiệm càng sớm càng tốt xem có mắc NTM hay không vì bệnh phổi NTM là bệnh tiến triển. Tức bệnh này tệ hơn theo thời gian, làm tổn thương phổi của bạn nhiều hơn. Các triệu chứng cũng có thể trở nên tệ hơn.

Do các triệu chứng của bệnh phổi NTM giống triệu chứng của các tình trạng bệnh phổi khác, bạn có thể trì hoãn việc xét nghiệm. Nhiều người mắc bệnh có thể không biết về bệnh cho đến vài tháng hoặc vài năm sau khi bắt đầu mắc. Trên thực tế, 2 trong số 3 người mắc NTM cũng mắc bệnh phổi từ trung bình đến nghiêm trọng cùng lúc với thời điểm họ bị chẩn đoán mắc NTM.

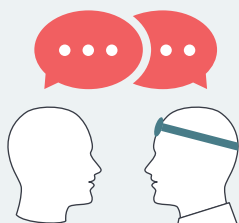


Để xác định xem bạn có mắc bệnh phổi NTM không, bác sĩ của bạn sẽ:

- Tiến hành kiểm tra thể chất
- Xem xét tiền sử khám sức khỏe của bạn
- Thu thập mẫu cấy đờm, từ đó bác sĩ sẽ mang mẫu đờm bạn ho ra để đi phân tích
- Thực hiện chụp CT ngực, tức sử dụng máy chuyên dụng để chụp ảnh cơ thể bạn từ đó phát hiện tổn thương phổi

NẾU BẠN BỊ CHẨN ĐOÁN MẮC NTM **THÌ SAO?**

Bạn và bác sĩ của mình sẽ quyết định các phác đồ điều trị thích hợp. Bạn sẽ được kê phác đồ điều trị hoặc bạn sẽ được giới thiệu tới một chuyên gia có kinh nghiệm hơn trong việc chữa trị bệnh nhân NTM.



Nếu bạn bắt đầu điều trị, tuân thủ phác đồ điều trị là cực kỳ quan trọng. Bởi khi bạn theo sát phác đồ điều trị, khả năng bạn khỏi hẳn NTM sẽ cao hơn.



Nếu bạn có thắc mắc gì về chẩn đoán NTM,
hãy nói chuyện với bác sĩ.

[AboutNTM.com/More](https://www.aboutntm.com/more)

NÓI CHUYỆN VỚI **BÁC SĨ**

Nếu bạn nghi ngờ mình mắc bệnh phổi NTM, bạn có thể tiến hành những việc sau. **Nói chuyện với bác sĩ hoặc chuyên gia**, như các chuyên gia về Phổi hoặc Bệnh Truyền nhiễm – những người có kinh nghiệm chữa trị bệnh nhân NTM. Hãy hỏi xem bạn có nên xét nghiệm NTM hay không. **Hướng dẫn Thảo luận với Bác sĩ** đính kèm giúp bạn tìm ra những câu hỏi thích hợp.

HỖ TRỢ VÀ NGUỒN THÔNG TIN

Các công cụ hữu ích này có thể giúp bạn vượt qua giai đoạn sắp tới

Tham gia Hỗ trợ AboutNTM

Nếu bạn nghĩ bạn có thể mắc bệnh phổi NTM và được chẩn đoán dương tính, hãy đăng ký tham gia chương trình *Hỗ trợ AboutNTM*. Ở đó, bạn sẽ thu thập được những thông tin, sự hỗ trợ, và nguồn lực có ích để giúp bạn trên con đường tiếp theo.



HỤT HƠI
— LÀ MỘT CHUYỆN —
HỤT HƠI
TRIỀN MIÊN
KHÔNG NGÓT
— LÀ CHUYỆN KHÁC —

Xem những câu chuyện thực về NTM

Bạn không cô đơn. Những người mắc phải NTM chia sẻ những mẩu chuyện của họ để những người khác hiểu thêm về căn bệnh hiếm gặp này. Hãy làm quen với Betsy, Donna, và Jim và tìm hiểu những trải nghiệm của họ.

Hãy kết nối với những người sống chung với NTM

Bạn có thể có rất nhiều thắc mắc, nhưng ngoài kia có cộng đồng những người mắc phải NTM để cùng hỗ trợ lẫn nhau

- Thông tin về NTM & các nhóm hỗ trợ Nghiên cứu
- Cộng đồng xã hội online 360 về Viêm phế quản và NTM

Đăng ký nhận thông tin chi tiết và các nguồn hỗ trợ tại

AboutNTM.com/Support



▲
Hãy đọc nội dung bên trong!

HƯỚNG DẪN TRAO ĐỔI VỚI BÁC SĨ

Có cuộc thảo luận hiệu quả với bác sĩ của bạn rất là quan trọng. Để chuẩn bị cho cuộc thảo luận, hãy dùng cuốn Hướng dẫn Trao đổi với Bác sĩ này để lưu những triệu chứng bạn gặp phải, tiền sử bệnh phổi, tiền sử bệnh, và danh sách các câu hỏi của bạn. Sau đó, mang theo cuốn Hướng dẫn Trao đổi với Bác sĩ này đến nói chuyện với bác sĩ của bạn.



Để biết thông tin chi tiết, xin vui lòng truy cập AboutNTM.com/More hoặc nói chuyện với bác sĩ của bạn

about**NTM**