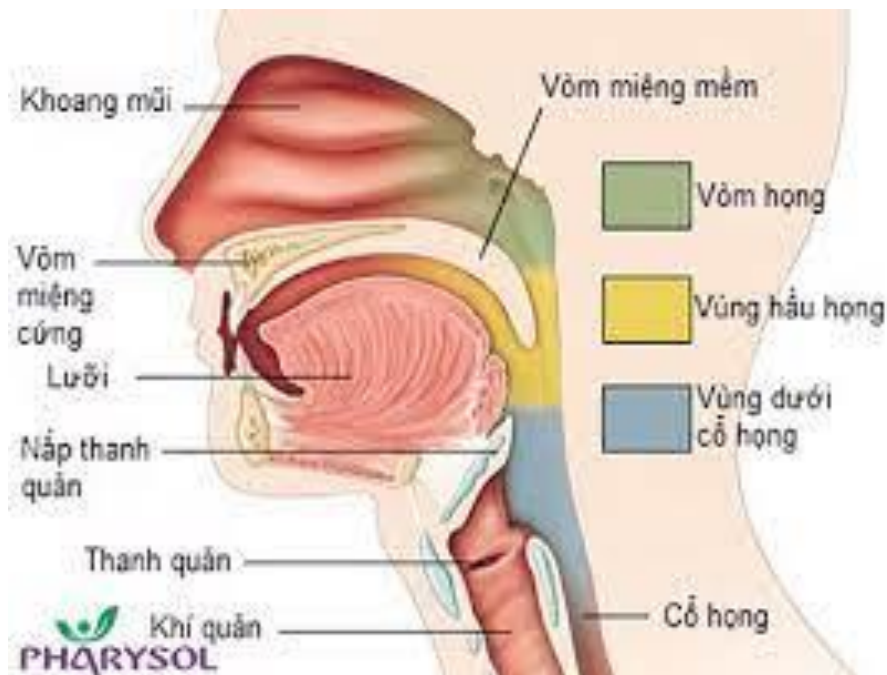


HƯỚNG DẪN TƯ VẤN GIÁO DỤC SỨC KHỎE

VIÊM HỌNG – THANH QUẢN

I. VỊ TRÍ CỦA HỌNG – THANH QUẢN Ở ĐÂU?



Họng là một phần của đường tiêu hóa nằm ở giữa hốc miệng và thực quản. Họng cũng là ngã ba của đường ăn và đường thở.

- a. Họng trên
 - Họng trên còn gọi là họng mũi, thông với hốc mũi qua hai lỗ mũi sau.
- b. Họng giữa
 - Còn được gọi là họng miệng vì mở thông ra khoang miệng,
- c. Họng dưới
 - Họng dưới còn được gọi là họng thanh quản..

II. VIÊM HỌNG – THANH QUẢN LÀ GÌ ?

Viêm họng – thanh quản là tình trạng viêm của tổ chức niêm mạc của thành sau họng. Triệu chứng thường gặp là đau họng, khàn tiếng, sốt, nuốt vướng, nuốt đau,....

Viêm họng – thanh quản gặp ở mọi lứa tuổi nhất là khi thời tiết thay đổi. Bệnh có thể xuất hiện riêng biệt hoặc đồng thời với viêm VA, viêm amidan, viêm mũi, viêm xoang, hoặc trong các bệnh nhiễm khuẩn của đường hô hấp trên như cúm, sởi,...

III. NGUYÊN NHÂN THƯỜNG GẶP CỦA VIÊM HỌNG – THANH QUẢN

- a. Virus hô hấp là tác nhân chủ yếu gây viêm họng cấp chiếm 50-90%
 - _ Năm nhóm virus chính gây viêm họng cấp siêu vi hô hấp: Rhinovirus, Coronavirus, Virus hợp bào hô hấp RSV (Respiratory Syncytial Virus), Virus cúm, Adeno virus.
 - _ Do virus cúm (Influenza), có 3 type A,B,C.
- b. Do vi khuẩn:
 - _ Liên cầu khuẩn *Streptococcus pyogenes* còn gọi là liên cầu tan huyết beta nhóm A (GABHS Group A Hemolytic Streptococcus) là tác nhân chủ yếu gây viêm họng – viêm amidan cấp tính.
 - _ Các loại vi khuẩn khác: *Staphylococcus aureus*, *Neisseria meningitidis* và *gonorrhea*, *Streptococcus pneumoniae*, *Hemophilus*.



Nói lớn, nói nhiều trong thời gian dài cũng là nguyên nhân gây viêm họng - thanh quản

IV. KHI NÀO CẦN ĐI KHÁM BÁC SĨ?

Triệu chứng toàn thân kéo dài trên 3 ngày:

- _ Sốt cao mệt mỏi, chán ăn, nhức đầu.
- _ Đau họng
- _ Nuốt đau dữ dội, đau lan lên tai khi nuốt.
- _ Khàn tiếng.

V. ĐIỀU TRỊ VÀ CHĂM SÓC

_ Nguyên tắc: điều trị nguyên nhân và điều trị triệu chứng:

+ Kháng sinh, giảm đau, hạ sốt, nâng cao tổng trạng.

+ Điều trị tại chỗ: khí dung mũi họng

_ Ngoài ra các biện pháp chăm sóc tại nhà có tác dụng hồi phục nhanh hơn:

+ Uống đủ nước

+ Nghỉ ngơi đầy đủ

+ Ăn nhiều cam, chanh hoặc các loại hoa quả giàu vitamin, khoáng chất

+ Súc họng bằng nước muối sinh lý

+ Hạn chế nói lớn, nói nhiều.

VI. TIẾN TRIỂN VÀ BIẾN CHỨNG

Nếu là do virus, bệnh thường kéo dài 3-5 ngày thì tự khỏi. Nếu là do vi khuẩn bệnh thường kéo dài và cần điều trị kháng sinh

Biến chứng tại chỗ: Viêm tấy hoặc áp xe quanh amidan, viêm tấy hoặc áp xe khoảng bên họng, áp xe thành sau họng ở trẻ nhỏ 1-2 tuổi, viêm tấy hoại tử vùng cổ rất hiếm gặp nhưng tiên lượng nặng

Biến chứng lân cận: Viêm thanh khí phế quản, viêm phổi, viêm tai giữa cấp, viêm mũi, viêm xoang cấp.

Biến chứng xa: đặc biệt nếu do liên cầu tan huyết có thể gây viêm thận, viêm khớp, viêm tim.

VII. PHÒNG NGỪA

_ Đi khám ngay khi

+ Triệu chứng toàn thân kéo dài trên 3 ngày

+ Sốt cao

+ Khàn tiếng, mệt mỏi lừ đừ

+ Khó thở

+ Nổi ban đỏ.

_ Tập thể dục, tăng cường ăn rau củ quả chứa vitamin và khoáng chất

_ Tránh nói lớn, nói to, nói nhiều

_ Tránh uống nước đá lạnh, nước có gas, ăn đồ chua, cay, nóng.

_ Đeo khẩu trang, vệ sinh tay, súc họng nước muối hằng ngày.

VIII. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Tài liệu truyền thông GDSK khoa Tai Mũi Họng bệnh viện Quận Tân Phú năm 2022
- Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị Một số bệnh về Tai Mũi Họng Bộ Y tế
- Phác đồ điều trị Tai Mũi Họng Bệnh viện quận Tân Phú năm 2023
- Bài giảng Tai Mũi Họng của thầy Nhan Trùng Sơn nhà xuất bản y học 2008