

BIỆN PHÁP GIÚP LÁ PHỔI KHỎE



1. Giữ bản thân năng động

Duy trì vận động rất quan trọng vì nó giúp bệnh nhân COPD tăng chất lượng cuộc sống, giảm cả số lần nhập viện và tỷ lệ tử vong.



2. Tuân thủ điều trị

Uống thuốc đúng cách là một phần quan trọng của COPD. Kỹ thuật hít cũng là một phần quan trọng và phải được đánh giá thường xuyên.



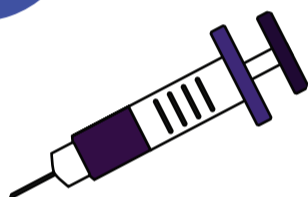
3. Ăn uống lành mạnh

Duy trì chỉ số BMI khỏe mạnh và bổ sung dinh dưỡng cho bệnh nhân COPD.



4. Khám sức khỏe định kỳ

Bệnh nhân COPD cần thường xuyên khám sức khỏe định kỳ để có biện pháp can thiệp khi cần thiết.



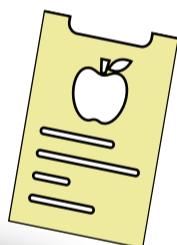
5. Tiêm phòng vắc xin

Tiêm phòng giúp giảm bệnh tật, tử vong và giảm đợt cấp COPD.



6. Phục hồi chức năng

Ở khu vực nơi các chương trình cộng đồng không có sẵn, đi bộ hoặc đạp xe có thể có hiệu quả.



7. Giảm phơi nhiễm với chất độc hại

Khói thuốc lá, các chất ô nhiễm không khí trong nhà và ngoài trời, cũng như các chất độc phơi nhiễm nghề nghiệp là tất cả các yếu tố nguy cơ đối với COPD.

8. Giảm nguy cơ nhiễm COVID-19

Bệnh nhân COPD cần tuân thủ các biện pháp phòng, chống dịch COVID-19 như 5K, tiêm vắc xin.

Ngày Thế giới phòng chống bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính

Lá phổi khỏe - Chưa bao giờ quan trọng hơn

17/11/2021