

**VIÊM MŨI DỊ ỨNG**

*ThS.BS.Lê Đức Thành Nhân biên soạn*

<b>Viêm mũi dị ứng là gì?</b>	Viêm mũi dị ứng là tình trạng niêm mạc mũi bị sưng viêm sung do hệ miễn dịch của cơ thể phản ứng quá mức với các tác nhân vô hại từ môi trường (gọi là dị nguyên) như bụi, phấn hoa, lông chó mèo... Bệnh có thể diễn tiến theo từng đợt hoặc kéo dài quanh năm.
<b>Những yếu tố nguy cơ của bệnh</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Môi trường: Khói bụi, mạt bụi nhà (có trong chăn, ga, gối, nệm), nấm mốc, phấn hoa, lông thú cưng, lúc giao mùa, thay đổi nhiệt độ hoặc độ ẩm đột ngột.</li><li>- Cơ địa và Di truyền: Bản thân hoặc người trong gia đình có tiền sử mắc các bệnh dị ứng (hen suyễn, chàm, viêm da cơ địa).</li></ul>
<b>Biểu hiện thường gặp của bệnh</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hắt hơi nhiều, đặc biệt buổi sáng hoặc khi tiếp xúc với dị nguyên</li><li>- Chảy nước mũi trong, loãng</li><li>- Nghẹt mũi (một hoặc hai bên)</li><li>- Ngứa mũi, họng, mắt, tai</li><li>- Chảy nước mắt, đỏ mắt</li><li>- Giảm khứu giác</li></ul>
<b>Biến chứng</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Viêm xoang</li><li>- Viêm tai giữa</li><li>- Rối loạn giấc ngủ</li><li>- Mệt mỏi mạn tính</li><li>- Giảm khả năng tập trung, khó khăn trong học tập/làm việc</li><li>- Làm nặng hen phế quản (nếu có)</li></ul>
<b>Các xét nghiệm cần làm</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nội soi mũi xoang</li><li>- Test lấy da (skin prick test)</li><li>- Xét nghiệm IgE toàn phần hoặc IgE đặc hiệu</li></ul>
<b>Hướng điều trị</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tránh các dị ứng nguyên</li><li>- Rửa mũi hằng ngày bằng nước muối sinh lý</li><li>- Thuốc corticosteroid xịt mũi</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Thuốc kháng Histamin (toàn thân hoặc tại chỗ)</li><li>- Thuốc kháng Leukotriene</li><li>- Liệu pháp miễn dịch (trường hợp nặng, kéo dài và không đáp ứng với thuốc)</li></ul>
<b>Chế độ theo dõi và phòng ngừa</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tuân thủ điều trị theo chỉ định bác sĩ</li><li>- Tái khám định kỳ hoặc khi triệu chứng nặng lên</li><li>- Đeo khẩu trang khi ra ngoài</li><li>- Vệ sinh không gian sống thường xuyên</li><li>- Vệ sinh mũi họng hằng ngày</li><li>- Giữ ấm cơ thể khi thời tiết lạnh</li><li>- Tăng cường dinh dưỡng, luyện tập nâng cao sức đề kháng</li></ul>