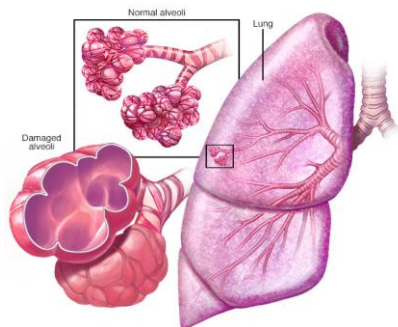


بیمارستان ولی عصر (عج) بوانات

بیماری مزمن انسدادی ریه



انسداد مزین ریه (COPD): بیماری مزمن انسدادی ریه نوعی بیماری التهابی ریه می باشد که موجب انسداد مسیرهای هوایی این اندام می گردد. نشانه های آن شامل دشواری در تنفس، سرفه، موکوس (خلط) و خس خس است. دلیل این بیماری قرارگرفتن طولانی مدت در معرض گازهای تحریک کننده یا ماده ای ویژه، بیشتر بر اثر سیگار کشیدن می باشد. این بیماران در خطر بالای بیماری قلبی، سرطان ریه و طیفی از عوارض مختلف قرار دارند.

علائم و نشانه های دیگر بیماری مزمن انسدادی ریه عبارتند از:

- کوتاهی در تنفس، به ویژه هنگام فعالیت بدنی
- خس خس کردن
- تنگی قفسه ی سینه
- سرفه های مزمن
- اولین کاری که صبح باید انجام داد پاک کردن گلو به دلیل تجمع خلط می باشد. کبودی لبها و ناخن ها (سیانوز)
- عفونت های متناوب تنفسی
- کمبود انرژی
- کاهش وزن ناخواسته (در مراحل آخر)
- تورم قوزک، ساق یا خود پا

تشخیص: 1- تست های عملکردیوی: این تست ها مقدار هوایی را که در دم و بازدم مبادله می شود و انتقال اکسیژن کافی به خون را اندازه می گیرند

2- اسپرومتری معمول ترین تست عملکرد ریوی است. در طول انجام این تست از شما خواسته می شود تا به درون لوله ی دستگاه اسپرومتر بدمید. این دستگاه میزان هوایی را که ریه ی شما نگه می دارد و سرعت دمیدن هوا به بیرون را اندازه می گیرد. اسپرومتری حتی می تواند بیماری را قبل از بروز علائم و نشانه هایش تشخیص دهد. همچنین می توان از این تست برای ردیابی پیشرفت بیماری و پایش کارکرد درمان استفاده نمود. اغلب از اسپرومتری برای سنجش اثرات داروهای گشادکننده ی نایژک ها استفاده می شود. تست های دیگر شامل اندازه گیری حجم های ریوی، ظرفیت انتشاری و پالس الکسیمتر (سنجش درصد اکسیژن خون) است.

عکس رادیولوژی از قفسه ی سینه: این تست می تواند آمفیزم (یکی از اصلی ترین دلایل این بیماری است) و همچنین دیگر مشکلات ریوی و البته نارسایی قلبی را نشان دهد.

سی تی اسکن CT: سی تی اسکن می تواند به تشخیص بیماری و همچنین برای غربالگری سرطان ریه استفاده می شود.

دلایل: 1- بیماری: بیماران آسمی که سیگار می کشند. ترکیب سیگار و آسم، ن بیماریهای مزمن التهابی مجاری هوایی، خطر این بیماری را بالاتر هم می برد.

2- قرار گرفتن در معرض غبار و مواد شیمیای مربوط به شغل: قرار گرفتن مزمن در معرض دوده های شیمیایی، بخارها و غبار در محل های کار می تواند ریه التهاب و تحریک بافت ریه منجر شود.

3- قرار گرفتن در معرض دودناشی از سوزاندن سوخت: در جهان در حال توسعه، افرادی که در معرض دود ناشی از سوزاندن سوخت ها برای پخت و پز و گرمایش در خانه های با تهویه ی ضعیف می باشند در خطر بالایی هستند.

4- سن: انسداد مزمن راه هوایی تدریجاً در طول سالها شکل می گیرد، بنابراین بیشتر بیماران حداقل در 40 سالگی نشانه ها را بروز می دهند.

5- ژنتیک: ناهنجاری های ژنتیکی غیر شایعی به نام نقص آلفا-1- آنتی تریپسین دلیل برخی از موارد انسداد مزمن راه هوایی است. عوامل ژنتیکی دیگری نیز وجود دارند که احتمالاً برخی از سیگاری ها را در خطر بالاتری قرار می دهند.

مراقبت و درمان :

داشتن سبک زندگی سالم
تکنیک های کنترل تنفس
کنترل سرفه ها، نوشیدن مقدار زیادی آب و استفاده از مرطوب کننده برای تمیز کردن راه های هوایی
ورزش منظم

اجتناب از دخانیات، آلودگی هوا و دود دست دوم

ملاقات مرتب پزشک حتی وقتی همه چیز خوب پیش می رود.

اطمینان از زدن واکسن سالانه ی آنفولانزا و مشورت با پزشک درباره ی واکسن نومونیا

پیشگیری: برخلاف برخی بیماری ها انسداد مزمن راههای هوایی دلیلی مشخص و راهی واضح برای پیشگیری دارد عمده ی بیماران مربوط به افراد سیگاری است و بهترین راه برای پیشگیری هم عدم استعمال یا ترک دخانیات می باشد. اگر سیگاری کهنه کاری هستید، عمل به این جمله ها به راحتی خواندن آنها نیست؛ به ویژه اگر قصد دارید آن را ترک کنید. هرچند بار که شکست خورده اید مهم نیست، به ترک سیگار ادامه دهید! داشتن برنامه ای برای ترک حیاتی است و همین عامل مهمترین فاکتور برای جلوگیری از آسیب بیشتر ریه می باشد.

دلایل انسداد مجاری هوایی

دود سیگار و دیگر تحریک کننده ها: در بین قسمت عمده ی موارد بیماری، آسیب ریوی که به انسداد مزمن راههای هوایی انجامیده بر اثر استعمال طولانی مدت سیگار بوده است. باین حال عوامل دیگری نیز وجود دارند که در این میان نقش بازی می کنند؛ مثل استعداد ژنتیکی نسبت به بیماریها؛ چون فقط 20 تا 30 درصد سیگاری ها به این بیماری مبتلا می شوند. دیگر مواد محرکی که می تواند به این بیماری منجر شود شامل دود سیگار دست دوم، پپ کشیدن، آلودگی هوا و قرار گرفتن در معرض غبار و دود و بخار در فضای کار.

قرار گرفتن در معرض دود تنباکو: معنادارترین ریسک فاکتور برای بیماری سیگار کشیدن طولانی مدت است هرچه سالهای بیشتری از این رفتار بگذرد و پاکت های بیشتری خالی شود، خطر هم بالاتر می رود. کسانی که پپی، سیکاربرگ و ماریجوانا (علف یاگل) مصرف می کنند نیز شاید در خطر باشند، درست مانند کسانی که در معرض مقدار زیادی دود دست دوم سیگار هستند.

منبع: کتاب پرستاری برونر سوارث 2018

تهیه کننده :اعظم موسوی کارشناس پرستاری

تایید کننده: دکتر سید حامد طباطبایی متخصص بیماریهای داخلی

واحد آموزش سلامت بیمارستان ولی عصر (عج) بوانات 1403