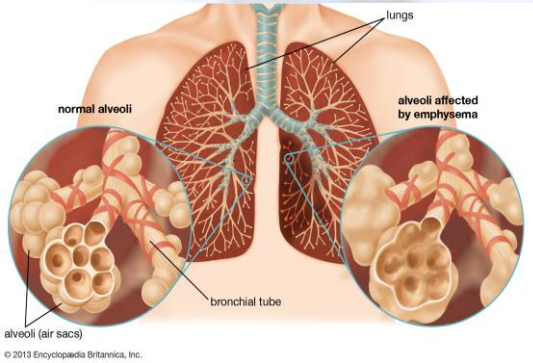




بیمارستان تخصصی شهریار



بیماری مزمن انسدادی ریه

یا COPD

تهیه کننده : عبدالله مسن زاده

سوپروایزر آموزشی

با تأیید : آقای دکتر قره ممدلو

(فوق تخصص ریه)

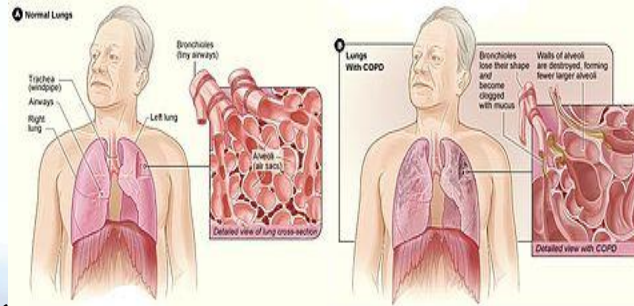
گروه آموزش سلامت بیمارستان :

https://eitaa.com/shahriyar_salamat_group



تاریخ بازنگری: تابستان ۱۴۰۲

- به کمبود تنفس خود آگاه باشید و تنفس را با شدت انجام ندهید، در هنگام راه رفتن کمی راه بروید و بعد از مدتی بایستید و استراحت کنید و سپس دوباره راه بروید تنفس با لبهای غنچه شده را انجام دهید.
- مایعات زیاد بنوشید، نوشیدن مایعات باعث رقیق شدن خلط و ترشحات می شود و تخلیه ترشحات براحتی صورت می گیرد.
- استرس و اضطراب خود را کنترل کنید
- بهداشت دهان را رعایت کنید.
- از مواد غذایی پرکالری و پرپروتئین استفاده کنید
- از مصرف چای پررنگ، قهوه، الکل، نوشابه، ادویه و نمک و قلیان پرهیزید میوه و سبزیجات تازه بخورید
- غذاهای سرشار از ویتامین A- B-C بخورید.



منابع

Braunwald Eugene, et al. Harrison's Principles of Internal Medicine/19 th edition/McGrawHill/ 2015

مجموعه کامل دروس پرستاری - انتشارات بشری

• سیگار نکشید.

• داروهای تجویز شده مثل اسپری ها، آنتی بیوتیکها و کورتن ها را منظم مصرف کنید.

• وزن خود را کم کنید.

• اگر فردی چاق باشد، کاهش وزن می تواند در بهبودی تنفس نقش زیادی داشته باشد.

• از تماس با آلاینده هایی مثل بخارات، گرد و غبار، گرده گیاهان، دود سیگار، ساخت و ساز و ... پرهیز کنید.

• از دستگاه های تصفیه هوا در خانه و یا تهویه مطبوع وقتی مواد حساسیت زا در هوا موجود است، استفاده کنید.

• از جاهای شلوغ و از افراد بیمار دوری کنید.

• هر سال واکسن آنفلوانزا و هر ۵ سال، واکسن ذات الریه تزریق کنید.

• به اندازه کافی بخوابید.

• فعال باشید. ورزش باعث می شود اکسیژن در خون جریان داشته باشد و بر عضلات اثر بگذارد و استقامت را افزایش دهد.

چه عواملی سبب بروز بیماری مزمن انسدادی

ریه می‌شود؟

- سابقه خانوادگی آلرژی و یا بیماری تنفسی
- سیگار کشیدن و یا در تماس زیاد با دود سیگار
- بودن عامل اصلی خطر ساز بیماری مزمن انسدادی ریه می‌باشد.
- تماسهای شغلی مانند کار در معادن ذغال سنگ، طلا، و صنایع منسوجات و پنبه به دلیل در تماس بودن با گرد و غبار ناشی از آنان از عوامل خطر ساز انسداد مزمن راههای هوایی می‌باشند.
- آلودگی هوای محیط، که اهمیت آن کمتر از کشیدن سیگار است.
- سن
- وضعیت اقتصادی پایین
- وزن بالا
- نقص مادرزادی (کمبود آنزیم آلفا ۱ آنتی تریپسین)

بیماری چگونه درمان می‌شود؟

اکسیژن درمانی

- یک درمان موثر است. بسیاری از بیماران این روش درمان را دوست ندارند، اما باید بدانند که وقتی که اکسیژن کم شود، قلب آسیب می‌بیند.

و بیمار دچار خس خس سینه هنگام بازدم و کمبود اکسیژن می‌شود. تنفس‌های بیمار به سختی و نیاز به تلاش فراوان دارد که سبب خستگی و ضعف شدید بیمار می‌شود. در مراحل انتهایی بیماری، ممکن است به دلیل کمبود اکسیژن رنگ لبها و ناخن‌های بیمار سیاه شود و نیاز به اکسیژن کمکی داشته باشد.

علائم بیماری مزمن انسدادی ریه چیست؟

علائم این بیماری معمولاً در ابتدا بی سر و صدا می‌باشند و به تدریج پیشرفت می‌کنند.

- سرفه
- خلط
- تنگی نفس شدید
- عدم تحمل فعالیت فیزیکی
- صداهای اضافی ریه مثل ویز و خش خش
- احساس فشار روی قفسه سینه

روش های تشخیص بیماری چیست؟

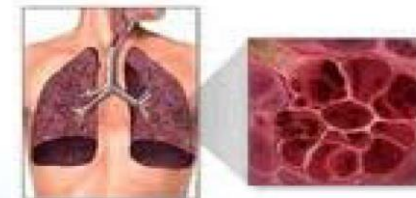
- تاریخچه و شرح حال بیمار
- قسمتهای عملکردی ریه مثل اسپرومتری، عکس قفسه سینه و CT اسکن از ریه ها
- آزمایش های خونی مثل گازهای خون شریانی

بیماری انسدادی مزمن ریه حالتی است که در آن جریان هوای داخل ریه ها محدود می‌شود. این حالت بطور کامل برگشت پذیر نیست. بیماری مزمن انسدادی ریه انواع مختلفی از بیماریها را شامل می‌شود که عبارتند از:

- **آمفیژم:** مشخصه آن تخریب و بزرگ شدن کیسه‌های هوایی است
- **برونشیت مزمن:** یک بیماری مزمن همراه با سرفه و خلط است. این بیماری زمانی که انسداد یا گرفتگی مزمن جریان هوا وجود داشته باشد اتفاق می‌افتد.

بیماری راه های هوایی کوچک :

در این بیماری راههای هوایی کوچک تنگ می‌شوند.



چه چیزی در این بیماری ممکن است رخ دهد؟ در مراحل اولیه این بیماری، بیماران اغلب از سرفه، خلط و تنگی نفس هنگام فعالیت شکایت دارند. با پیشرفت بیماری و بدتر شدن گرفتگی جریان هوا این علائم با شدت بیشتر و دفعات بیشتری بروز می‌کند