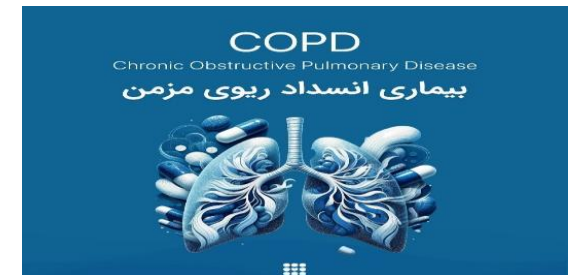


## بیماری انسداد ریوی مزمن



### شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان آموزش	بیماری مزمن انسداد ریه کد: الف . پ . ۷
تهیه کننده	سوپروایزر آموزش سلامت: سوسن قصرساز - کارشناس آموزش به بیمار: حیدر هدایتی - رابط آموزش به بیمار: آمنه اسکندری
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه: ۱۴۰۳/۶	بازبینی: ۱۴۰۴/۶
منابع:	۱) بروتر و سودارت - پرستاری داخلی - جراحی ۲) <a href="https://health.tums.ac.ir">https://health.tums.ac.ir</a>
پزشک تایید کننده:	دکتر صباح حسینی
ناظر کیفی:	دکتر خالد فتحی زاده رئیس مرکز
آدرس	بلوار توحید - مرکز پزشکی آموزشی درمانی توحید مرکز جراحی قلب شهید بروجردی تلفن: ۰۸۷۳۳۲۸۶۱۱۲ - ۱۷ - واحد آموزش به بیمار و پیگیری

### شرح بیماری:

اصطلاحی است که برای انسداد مزمن مجاری هوایی به کار می‌رود بروز این بیماری مرتباً در حال افزایش است مردان بیشتر از زنان دچار این بیماری می‌شوند (تا همین اواخر مردان بیشتر از زنان سیگار می‌کشیدند)

### ❖ علائم شایع:

- امکان دارد علائم تا سنین میانسالی ظاهر نشوند، با اینکه عقیده بر این است که بیماری از همان اوایل دوران بزرگسالی آغاز می‌شود.
- التهاب راه هوایی (برونشیت): سرفه مکرر یا حملات سرفه قطاری که معمولاً خلط دار است .
- تنگی نفس: تنگی نفس که طی چندین سال بر شدت آن افزوده می‌شود.
- وجود خلطی که ضخیم است و به سختی می‌توان آن را خارج کرد. رنگ و خصوصیات خلط بر حسب اینکه عفونت وجود داشته باشد یا نه متغیر است.
- گاهی بروز عفونت‌های مکرر در ریه‌ها یا لوله‌های نایژه ای
- خس خس یا سرفه در حد کم
- خلط در حد خیلی کم
- کاهش وزن

### ❖ علل:

- آسیب به ریه‌ها به علت التهاب و تحریک راه هوایی ناشی از:
- اختلالات ژنتیکی
- شاید عفونت ویروسی
- مواجهه‌ی شغلی با مواد تحریک‌کننده (مثلاً در مورد آتش‌نشانان)
- سیگار کشیدن
- آلودگی هوا

### ❖ عوامل افزایش دهنده‌ی خطر بیماری عبارتند از:

- قرار گرفتن در معرض دود سیگار (به خصوص بزرگسالانی که والدین آنها سیگار می‌کشیدند)
- بروز ذات‌الریه ویروسی در اوایل زندگی
- سابقه‌ی خانوادگی حساسیت، یا بیماری‌های تنفسی و ریوی
- سیگار کشیدن
- پیروی

### ❖ عواقب مورد انتظار:

- کاهش تدریجی کار ریه، اما با درمان می‌توان علائم را کاهش داد و از عفونت‌های پیشگیری کرد. درمان به شما کمک خواهد کرد تا زندگی فعال و پربارتری داشته باشید.
- طول عمر کاملاً متغیر است. در بیماران جوان‌تر امکان دارد پیش‌آگهی خوب داد داشته باشد، در حالی که در بیماران مسن‌تر پیش‌آگهی بدتر است، به خصوص اگر مشکلات دیگر مثل تند شدن ضربان قلب وجود داشته باشد.

## ❖ عوارض احتمالی:

- عفونت‌های مکرر، اضطراب و یا افسردگی
- سایر عوارض عبارتند از:

- پرفشاری خون ریوی، قلب ریوی (منظور قلبی که در اثر مشکل ریه خود دچار مشکل شده است) پرخونی ثانویه ،
- تشکیل حفره‌ای در ریه و نارسایی تنفسی

## ❖ تشخیص و درمان:

- امکان دارد آزمایشات تشخیصی شامل موارد زیر باشند:
- آزمایش خون بررسی کار ریه ،سی تی اسکن، عکس گرفتن از نایژه‌ها با ماده حاجب وعکس قفسه‌ی سینه
- اهداف کلی درمان عبارتند از: تخفیف علائم، کند کردن روند پیشرفت بیماری و جلوگیری از بروز عوارض
- درمان در منزل معمولا کافی است، اما اگر عفونت رخ دهد یا علائم بدتر شوند امکان دارد بستری کردن در بیمارستان ضروری باشد.
- ترک سیگار اهمیت زیادی دارد: از قرار گرفتن در معرض دود سیگار و مواد تحریک کننده نیز باید اجتناب شود
- نصب تهویه مطبوع فیلتردار در منزل نیز ممکن است کمک کننده باشد.
- وضعیت سلامت نایژه‌ها را می‌توان با استنشاق بخار آب، تخلیه نایژه‌ها به کمک تغییر وضعیت بدن و فیزیوتراپی مخصوص قفسه سینه بهبود بخشید.

- واکسن پنوموتراکس ( برای پیشگیری از ذات الریه ناشی از باکتری پنوموکوک) و سالانه ۱ بار واکسن آنفولانزا توصیه می‌شود.

- با پیشرفت بیماری ممکن است نیاز به اکسیژن وجود داشته باشد.

## ❖ داروها:

- ممکن است پزشک داروهای زیر را تجویز کند:
- داروهای گشاد کننده‌ی نایژه. اول این درمان امتحان می‌شود و پس از ارزیابی پاسخ به آن مقدار دارو طوری تنظیم می‌شود تا اثرات جانبی به حداقل برسند.
- آنتی بیوتیک‌ها برای عفونت
- در بعضی از بیماران مصرف داروهای ضد التهابی (کورتیکواستروئیدها) ممکن است سودمند باشند امکان دارد داروهایی برای اضطراب یا افسردگی توصیه شود، اما این داروها باید با احتیاط مصرف شوند زیرا بیمار نباید زیاد از حد تحت اثرات آرام بخش و خواب‌آوری این دارو ها قرار گیرد .
- تجویز سایر داروها

## ❖ فعالیت:

- بی تحرکی طولانی مدت باعث افزایش ناتوانی می‌شود اگر بیماری قلبی شدیدی وجود نداشته باشد لازم است که بیمار با مشورت پزشک و برنامه ورزشی منظمی را دنبال کند (معمولا پیاده‌روی)

- اقداماتی مثل کار درمانی بازتوانی کاری و فیزیوتراپی نیز شاید توصیه می‌شود

## ❖ رژیم غذایی :

رژیم خاص هیچ توصیه نمی‌شود مگر با نظر پزشک اما تغذیه مناسب برای حفظ سلامت مهم است روزانه حداقل ۱۰-۸ لیوان مایعات بنوشید

## ❖ در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود:

- اگر تب به علائم اضافه شود یا درد قفسه سینه افزایش یابد.
- اگر در خلط خون ظاهر شود یا خلط ضخیم شود.
- اگر حتی در زمانی که استراحت می‌کنید یا سرفه ندارید نیز تنگی نفس داشته باشید.