

عوامل ایجاد بیماری انسداد مزمن ریه

- سیگار (مهم ترین عامل ایجاد ، حدود ۱۵٪ سیگاری ها دچار می شوند)
- سن
- جنس (در جنس مرد بیشتر)
- سابقه خانوادگی
- سابقه عفونت های تنفسی در کودکی
- وضعیت اقتصادی پایین
- آلودگی هوا
- وزن بالا
- نقص های مادرزادی
- تماس های شغلی (زغال سنگ، پنبه ، غلات)

تشخیص بیماری انسداد مزمن ریه :

- گرفتن شرح حال از بیمار
- تست اسپرومتری
- عکس قفسه سینه
- سی تی اسکن ریه
- اندازه گیری گازهای خونی

علائم بیماری انسداد مزمن ریه (COPD) :

- سرفه
 - تولید خلط
 - تنگی نفس شدید اغلب در هنگام فعالیت
 - تنفس های تند و کوتاه
 - خس خس سینه
 - صداهای اضافی ریه
 - تنگی نفس حین غذا خوردن
 - احساس فشار روی قفسه سینه
- در مراحل اولیه این بیماری ، بیماران اغلب از سرفه ، خلط و تنگی نفس هنگام فعالیت شکایت دارند . با پیشرفت بیماری و بدتر شدن این علائم با شدت بیشتر و دفعات بیشتری بروز می کند و بیمار دچار خس خس سینه هنگام بازدم و کمبود اکسیژن می شود . تنفس بیمار سخت است و نیاز به تلاش فراوان دارد که سبب خستگی و ضعف شدید بیمار می شود . در مراحل انتهایی بیماری ، ممکن است به دلیل کمبود اکسیژن رنگ لب ها و ناخن های بیمار سیاه شود و نیاز به اکسیژن کمکی داشته باشد .
- بیماری پیشرونده است و به تدریج تا حد اختلال تنفسی در حین استراحت و نیاز دائم به اکسیژن پیشرفت می کند .

توضیح بیماری انسداد مزمن ریه (COPD):

ریه های انسان اکسیژن موجود در هوا را وارد خون می کنند و کربن دی اکسید تولید شده در بدن را نیز خارج می کنند . در بیماری انسداد مزمن ریه جریان هوایی که فرد تنفس می کند به خصوص در هنگام بازدم دچار محدودیت و کاهش سرعت می شود که همراه با آن یک واکنش التهابی غیر طبیعی در بدن صورت می گیرد .

این بیماری در هر دو جنس دیده می شود و علائم آن معمولا در سنین میانسالی ظاهر می شود و با افزایش سن نیز بیشتر می شود .

بیماری انسداد مزمن ریه انواع مختلفی دارد که عبارتند از آمفیزم ، برونشیت مزمن و بیماری مجاری هوایی کوچک .





دانشگاه علوم پزشکی کردستان
بیمارستان سینا کامیاران

پمفلت آموزشی انسداد مزمن ریه (COPD)

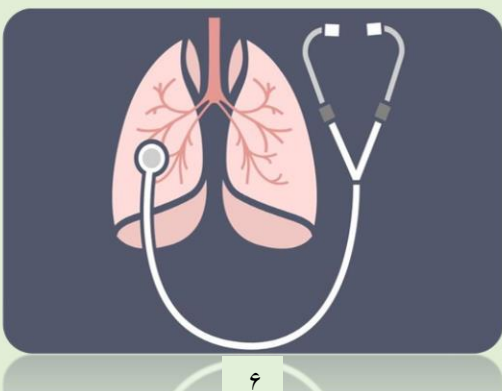
واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: برونر و سوارث



آموزش بیشتر در



ادامه مراقبت در بیماری مزمن ریه :

- ✓ در صورت استفاده از اکسیژن برای جلوگیری از خشکی دهان و بینی در قسمت مرطوب کننده دستگاه اکسیژن تا خط نشانه ، آب بریزید
- ✓ واکسن های آنفلوانزا و پنوموکوک را در صورت اجازه پزشک و در فصل های تعیین شده تزریق نمایید
- ✓ مواد غذایی با کربوهیدرات کم و پروتئین زیاد مصرف نمایید
- ✓ سعی کنید همیشه بهداشت دهان و دندان خود را رعایت نمایید
- ✓ در جایی که زندگی می کنید باید تهویه مناسب وجود داشته باشد
- ✓ خواب و استراحت کافی داشته باشید
- ✓ تعداد وعده های غذایی خود را افزایش داده و حجم آن را کم کنید
- ✓ غذاهای نفاخ مانند کلم ، بادمجان و... را مصرف نکنید
- ✓ از مصرف چای ، قهوه ، الکل ، نوشابه ، ادویه ، نمک و... خودداری کنید
- ✓ میوه و سبزیجات بیشتر مصرف کنید
- ✓ سعی کنید که از مخدر ها و مسکن ها استفاده نکنید

مراقبت در بیماری مزمن ریه :

- ✓ برای کنترل علائم بیماری خود باید درمان را قطع نکنید و مادام العمر تحت درمان باشید
- ✓ موثر ترین اقدام برای پیشگیری و کند کردن بیماری ترک سیگار و مصرف اکسیژن است که به تجویز پزشک صورت می گیرد و طول عمر شما را زیاد تر می کند
- ✓ فعالیت های خود را با نظر پزشک انجام دهید و هنگام احساس خستگی و یا تنگی نفس استراحت کنید
- ✓ اگر افزایش وزن دارید ، آن را تحت نظر پزشک کم کنید تا به وزن مناسب برسید
- ✓ در صورت نداشتن منع ، مایعات مصرف کنید ، زیرا باعث رقیق شدن ترشحات و تخلیه ی راحت تر آن می شود
- ✓ استرس و اضطراب خود را کنترل نمایید ، برای مثال عوامل استرس زا می تواند دوره های سرفه را افزایش دهد
- ✓ در صورتی که برای شما اکسیژن در خانه تجویز شده است ، آن را طبق دستور تجویز شده مصرف کنید و نکات مراقبت از کیپسول اکسیژن را رعایت نمایید
- ✓ مراجعات دوره ای و منظم به پزشک خود داشته باشید