

تاریخ تهیه: ۱۳۹۹/۰۷/۰۱
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۶/۰۱
تاریخ بازنگری: یکسال بعد
تهیه کننده: لیلا خدایی (سوپروایزر
آموزش سلامت)
منبع: کتاب برونر و سودارث تنفس

بیمارستان امام خمینی (ره) عجبشیر واحد آموزش همگانی و بیمار

بیماری انسدادی ریوی مزمن

بیماریهای مزمن ریوی اصطلاحی است که برای انسداد مزمن مجاری هوایی ناشی از آمفیزم، برونشیت مزمن، آسم، یا ترکیبی از این اختلالات به کار می‌رود..

علائم شایع

امکان دارد علائم تا سنین میانسالی ظاهر نشوند، با این که عقیده بر این است که بیماری از همان اوایل دوران بزرگسالی آغاز می‌شود. از علائم دیگر میتوان به موارد زیر اشاره کرد:
سرفه مکرر یا حملات سرفه قطاری که معمولاً خلطدار است.
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 برحسب این که عفونت وجود داشته باشد یا نه، متغیر است.
گاهی بروز عفونت‌های مکرر در ریه‌ها یا لوله‌های نایژه‌ای.
کاهش وزن.



علل

آسیب به ریه‌ها به علت التهاب و تحریک
کمبود آنتی‌تریپسین
عفونت ویروسی
مواجهه شغلی با مواد تحریک‌کننده
سیگار کشیدن
آلودگی هوا

عوامل افزایش دهنده خطر

قرار گرفتن در معرض دود سیگار (به خصوص افرادی که والدین آنها سیگار می‌کشیدند)
بروز ذات‌الریه ویروسی در اوایل زندگی
سابقه خانوادگی آلرژی، یا بیماری‌های تنفسی و ریوی
سیگار کشیدن
پیری

پیشگیری

اجتناب از سیگار کشیدن مهمترین کاری است که می‌توان انجام داد. اجتناب از قرار گرفتن در معرض دود سیگار نیز اهمیت دارد زیرا یکی از عوامل خطر به حساب می‌آید.

عوارض احتمالی

عفونت‌های مکرر؛ اضطراب و یا افسردگی، پرفشاری خون ریوی، قلب ریوی (منظور قلبی که در اثر مشکل ریه خود دچار مشکل شده است)، پلی‌سیتمی (پر خونی) ثانویه، تشکیل حفره‌هایی در ریه، و نارسایی تنفسی

درمان

اصول کلی:

- امکان دارد آزمایشات تشخیصی شامل موارد زیر باشند: آزمایش خون، بررسی کار ریه، سی‌تی اسکن، عکس گرفتن از نایژه‌ها با ماده حاجب، و عکس قفسه سینه
- درمان در منزل معمولاً 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 تحریک‌کننده نیز باید اجتناب شود.
- نصب سیستم تهویه مطبوع فیلتردار در منزل نیز ممکن است کمک‌کننده 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 پنوموواکس (برای پیشگیری از ذات‌الریه ناشی از باکتری پنوموکک) و سالانه یک بار واکسن آنفلوانزا
- با پیشرفت بیماری ممکن است نیاز به اکسیژن وجود داشته باشد.

داروها:

داروهای گشادکننده نایژه، آنتی‌بیوتیک‌ها برای عفونت، در بعضی از بیماران مصرف کورتیکواستروئیدها و داروهایی برای اضطراب یا افسردگی

فعالیت:

بی‌حرکی طولانی مدت باعث افزایش ناتوانی می‌شود. اگر بیماری قلبی شدیدی وجود نداشته باشد، لازم است که بیمار برنامه ورزشی منظمی را دنبال کند (معمولاً پیاده‌روی) اقداماتی مثل کار درمانی، بازتوانی کاری، و فیزیوتراپی نیز شاید توصیه شوند.

رژیم غذایی:

رژیم خاصی توصیه نمی‌شود، اما تغذیه مناسب برای حفظ سلامت مهم است. روزانه حداقل ۱۰-۸ لیوان مایعات بنوشید.

در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید

اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم بیماری انسداد ریوی مزمن را دارید.
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.

