

**بیماری انسدادی مزمن ریه** حالتی است که در آن جریان هوای داخل ریه‌ها محدود می‌شود. این حالت بطور کامل برگشت‌پذیر 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 راههای 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 و بیمار دچار خس‌خس 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 بی‌سر و صدا می‌باشند و به تدریج پیشرفت می‌کنند.

- سرفه
- خلط
- تنگی نفس
- عدم تحمل فعالیت فیزیکی
- خس خس
- احساس فشار روی قفسه سینه

### 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.



### بیماری چگونه درمان می‌شود؟

#### اکسیژن درمانی

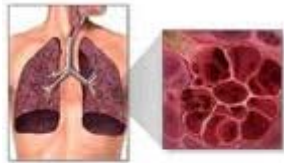
یک درمان موثر است. بسیاری از بیماران این روش درمان را دوست ندارند، اما باید بدانند که وقتی که اکسیژن کم شود، قلب آسیب می‌بیند.



بخش ICU3

## بیماری انسدادی

### مزمن ریه



بیمارگرایی:

از اعتماد و حسن نظر جنابعالی نسبت به انتخاب این

مجتمع کمال تشکر را داریم.

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در

خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و

مراقبت آن می باشد.

تهیه و تنظیم: مجیده عرب زاده

کمیته آموزش به بیمار

زمستان ۹۱

- 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.

#### منابع

1- Smeltzer SC, Bare BG, Hinkle JL, Cheever KH. Medical-Surgical Nursing. 12th ed. Michigan: Lippincott;2012.

2- Urden LD, Stacy KM, Lough ME. Thelan's Critical Care Nursing: Diagnosis and Management. 6th ed. St. Louis: Mosby; 2010.

" قفل موفقیت را با کلید آموزش باز کنیم. "

### با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

آدرس: کاشان - بلوار قلمب راوندی - جنب دانشگاه علوم پزشکی

Email: beheshtihospital@kaums.ac.i

تلفن تماس: ۰۲۶۱-۵۵۵۰۰۲۶-۲۹

۵۶۷-۳۰۴

دورنما: ۰۲۶۱۹۰۰۰۰۰۰

در صورت مبتلا بودن به بیماری مزمن انسدادی ریه چه

مواردی را باید رعایت کنید؟

- سیگار نکشید.
- داروهای تجویز شده 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 آلاینده‌هایی مثل بخارات، گردوغبار، 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.