

آسم:

آسم یک بیماری التهابی مزمن راه های هوایی است که موجب حساسیت بیش از حد راه هوایی ، ادم مخاطی و نیز تولید خلط می شود . این التهاب نهایتاً منجر به دوره های عود کننده نشانه های آسم می شود . التهاب راه های هوایی موجب تنگی طولانی مدت راه هوایی می شود . آلرژی مهم ترین عامل مستعد کننده آسم است .

شایع ترین عوامل شروع کننده حملات آسم
شامل عوامل محرک راه های تنفسی (نظیر آلودگی هوا ، گرما ، سرما ، غبارات هوا ، بوها یا عطرهای قوی ، دود ، آلاینده های شغلی ، فعالیت های ورزشی ، استرس ، عوامل هورمونی ، داروها ، عفونت های ویروسی سیستم تنفسی و ریفلکس معدی به مری می باشد .



علائم:

- سرفه با یا بدون خلط
- تنگی نفس
- ویزینگ (صدای عبور هوا از راه هوایی تنگ شده)
- با پیشرفت حمله ممکن است تعریق تندشدن ضربان قلب ، همراه با کمبود اکسیژن و سیانوز مرکزی دیده شود .

تشخیص:

- تست های آلرژیک و بررسی سابقه خانوادگی مثبت
- تست اسپرومتری
- تست بررسی سرعت خروج هوا
- عکس قفسه سینه



درمان :

بسته به شدت علائم اقدامات لازم انجام می شود . اگر علائم خفیف باشد بیمار به صورت سرپایی درمان شده و اگر شدید باشد ممکن است بستری شود . **اقدامات لازم شامل :**

- کنترل علائم حیاتی از جمله تنفس بیمار
- تجویز اکسیژن در صورت تنگی نفس
- دادن مایعات در صورت کم آبی بدن
- استفاده از داروها و اسپری ها که داروهای مورد استفاده در آسم دو دسته اند : یک گروه داروهایی هستند که سریع الاثر بوده و در زمان نیاز به کاهش سریع علائم بیماران در حملات آسم مورد استفاده می گیرند مانند اسپری آترونت و آلپوترول گروه دوم جهت پیشگیری و کنترل طولانی مدت آسم و کاهش التهاب راههای تنفسی بوده و احتمال بروز حملات را کاهش می دهند مانند فلوئیکازون و بکلومتازون

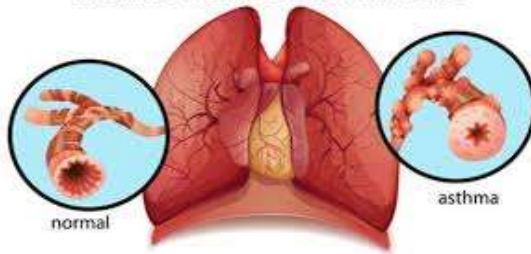


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

آسم

Asthma - Inflamed Bronchial Tube



واحد آموزش سلامت- بازنگری ۱۴۰۴

سایت بیمارستان:

<http://shohada.lums.ac.ir>

شماره تلفن های بیمارستان: ۳۳۲۳۶۴۰۱-۷

ادامه مراقبت ها در منزل :

- از تماس نزدیک با حیوانات و پرندگان و فضولات آنها اجتناب کنید و از ورود آنها به داخل منزل جلوگیری کنید . و از موادی مانند وایتکس و جوهر نمک جهت تمیز کردن استفاده نکنید .
- از عوامل ایجاد اضطراب و فشارهای عصبی دوری کنید .
- از شنا کردن در استخر های عمومی خودداری کنید
- اصول پیشگیری از بروز بیماری های عفونی مثل آنفلوآنزا و سرماخوردگی را رعایت کنید چون باعث بدتر شدن علائم آسم می شوند .
- در صورت نیاز به استفاده مکرر از اسپری های آبی و سبز با فاصله کمتر از ۲-۳ ساعت یا در طول شب هنگام تنگی نفس شدید یا عدم توانایی در نفس کشیدن ، درد یا سنگینی قفسه سینه که با استفاده از اسپری بهتر نشود ، تب و لرز ، بروز ضایعات پوستی مانند کهیر ، کبودی یا رنگ پریدگی انتهای انگشتان و ناخن ها یا کبودی لب ها به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید .

منابع :درسنامه داخلی و جراحی تنفس و تبادلات گازی ترجمه مرضیه شبان و معصومه لطیفی ویراست ۱۴ ، ۲۰۱۸

مراقبت در منزل:

- اجتناب از عوامل محرک آسم مثل آلرژن ها استرس ، ورزش شدید ، مواد شوینده ، گرما و سرمای شدید ، بوها و عطرهای قوی یا دود و آلاینده های محیطی
- دارو های تجویز شده توسط پزشک را طبق دستور و تا زمان تعیین شده مصرف کنید .
- از ترکیبات گیاهی ناشناخته به عنوان دارو استفاده نکنید .
- اسپری های خود را در زمان مشخص و به روش صحیح استفاده کنید . استفاده درست از آنها از بروز علائم و حمله ها جلوگیری می کند . اسپری های آبی (سالبوتامول) و سبز (آتروونت) معمولا اثر فوری داشته و برای درمان سریع علائم به کار می روند . اما اثر آنها کوتاه مدت است . بنابراین باید در هر شرایطی آنها را همراه خود داشته باشید .
- از مصرف غذاهای محرک مانند گوجه فرنگی ، فلفل قرمز ، سس ها ، غذاهای دریایی و غذاهای آماده خودداری کنید .