

## 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 ریفلاکس معدی به مری می باشد.



۱

## 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



۲

## 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 بیمارار در حملات آسم مورد استفاده می گیرند مانند اسپری آترونت و آلبوترول گروه دوم جهت پیشگیری و کنترل طولانی مدت آسم و کاهش التهاب راههای تنفسی بوده و احتمال بروز حملات را کاهش می دهند مانند فلوتیکازون و بکلومتازون

۳



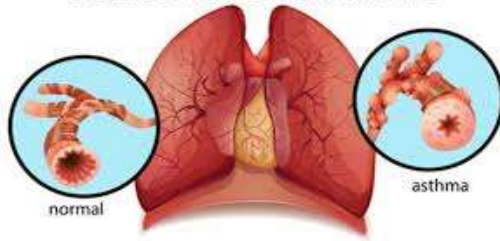
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

## آسم

Asthma - Inflamed Bronchial Tube



واحد آموزش سلامت- بازنگری ۱۴۰۵

سایت بیمارستان:

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

شماره تلفن های بیمارستان: ۷-۳۳۲۳۶۴۰۱

## 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 :درنامه 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 عطرها 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 .