

عوامل خطر:

عواملی که در ایجاد بیماری نقش دارند:

- سیگار به عنوان مهمترین عامل ایجاد COPD شناخته شده است.
- عوامل دموگرافیک: سن، سابقه خانوادگی، سابقه عفونتهای تنفسی در کودکی، وضعیت اقتصادی پایین
- سایر عوامل: فاکتورهای محیطی همچون آلودگی هوا، تماسهای شغلی، وزن بالا، نقص مادرزادی آنزیم آلفا ۱ آنتی تریپسین، پرفعالیتی برونشیا



چند توصیه مهم به بیماران مزمن انسدادی ریه:

- ❖ خواب و استراحت کافی داشته باشید.
- ❖ برای پیشگیری از عفونت واکسیناسیون علیه آنفلوانزا و نیز واکسن پنومونی توصیه می شود.
- ❖ اجتناب از قرارگیری در معرض سرما و گرمای زیاد توصیه می شود.
- ❖ کلیه عوامل استرس زا را از خود دور کنید.
- ❖ لازم است اتاق شما تهویه مناسب داشته باشد.
- ❖ از مخدرها و مسکن ها استفاده نکنند
- ❖ تمرینات ورزشی ساده را شروع کنید تا عضلات تنفسی شما قوی شود.
- ❖ مایعات کافی بنوشید نوشیدن مایعات باعث رقیق شدن ترشحات می شود.
- ❖ مراجعات دوره ای منظم به پزشک معالج خود داشته باشید.



بیماری مزمن انسدادی ریه

COPD



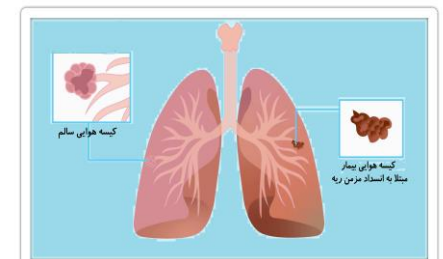
تهیه و تنظیم:

اداره پرستاری دانشکده علوم پزشکی مراغه

زمستان ۱۴۰۱

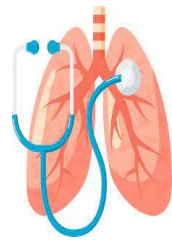
COPD یک بیماری ریوی است که در آن ریه ها آسیب دیده و باعث تنفس سخت می شود. در این بیماری راههای هوایی به صورت نسبی گرفته شده اند و باعث می شوند که گرفتن و خارج کردن هوا مشکل شود. در این بیماری سلول ها در راه هوایی بیشتر از حالت معمول موکوس (خلط) می سازند که به گرفته شدن راههای هوایی می انجامد.

COPD ممکن است شامل بیماریهایی باشد که علت انسداد راه هوایی (نظیر آمفیزم، برونشیت مزمن) است یا ترکیبی از هر دو بیماری باشد. بیماری مزمن انسدادی ریه بیماری است که در آن جریان هوا محدود می شود و این محدودیت جریان هوا، با پاسخ های التهابی غیر طبیعی ریه در مقابل گازها و ذرات مضر همراه است. به دنبال التهاب مزمن و تلاش بدن به منظور دفع آن، مجاری تنفسی تنگ شده و تغییر پیدا می کند. این بیماری معمولاً برگشت پذیر نیست و در فصل زمستان که عفونتهای ویروسی و باکتریایی شیوع بیشتری دارند، شدت می یابد.



علائم بالینی:

سرفه مزمن، تولید خلط و تنگی نفس کوششی که اغلب به مرور زمان بدتر می شوند. کاهش وزن و در بیماران مبتلا به آمفیزم، پیدایش قفسه سینه بشکه ای از دیگر علائم می باشند.



تشخیص:

- ✚ گرفتن تاریخچه خصوصا در مورد مصرف دخانیات
- ✚ بررسی عملکرد ریوی (اسپیرومتری): یک تست راحت و بدون درد که نشان می دهد ریه ها چگونه کار می کنند
- ✚ اندازه گیری گاز خون شریانی
- ✚ عکس ریه - در صورت وجود یک بیماری زمینه ای مشخص -
- ✚ اندازه گیری آلفا 1-آنتی تریپسین

درمان:

- کاهش عوامل خطر که در راس آن ترک سیگار می باشد.
- دارو درمانی
- اکسیژن درمانی
- درمان جراحی: از جمله پیوند ریه
- توانبخشی ریه



عوارض:

- نارسایی تنفس
- افزایش فشارخون شریانی ریه
- عفونت ریه (پنومونی)
- پنوموتراکس (کلاپس کامل یا نسبی ریه ناشی از وجود هوا در فضای جنب)
- اتلکتازی (روی هم خوابیدن یا بسته شدن کیسه های هوایی در ریه)