

تعریف بیماری:

بیماری التهابی مزمن راه هوایی که موجب حساسیت بیش از حد راه هوایی و بروز تنگی نفس برای فرد می شود

در حالت طبیعی عضلات مجاری هوایی در هنگام تماس با مواد تحریک کننده منقبض شده و مجاری تنگ می شود ولی این تنگی به زودی رفع می گردد. اما در آسم این پاسخ شدید می شود و به راحتی بر طرف نمی گردد و فرد دچار حملات تنفسی می شود.

علل ایجاد بیماری:

الرژنها مهمترین علل آسم می باشند تماس مزمن با محرکهای راه هوایی و یا آلرژنها باعث شدت آسم می گردد

عواملی که در ایجاد علامت آسم نقش دارند:

- عفونتهای تنفسی
- مصرف برخی مواد غذایی و دارویی مانند اسپرین
- هیجانان و استرس
- فعالیت ورزشی شدید
- مواد آلرژی زا
- دود سیگار
- گرد و غبار
- عطریات و بوهای

شایعترین مواد آلرژی زا:

- دود سیگار
- گرد و غبار
- عطریات و بوهای

زیاد

- گرده گیاهان
- پَر پرندهگان و حشرات
- پشم حیوانات
- آلودگی هوا
- سرما و گرما
- مواد شوینده

علائم بیماری:

- سرفه، تنگی نفس، خروج هوا با صدا از قفسه سینه



علائم خطرناک:

- تنگی نفس شدید
- آبی رنگ شدن صورت و لبها
- اضطراب شدید بدلیل تنگی نفس
- تند شدن ضربان قلب
- تعریق
- کاهش سطح هوشیاری

در صورت بروز این دسته از علائم سریعا به مرکز درمانی مراجعه کنید.

عوارض بیماری:

آسم مقاوم، نارسایی تنفسی، عفونت ریه، انسداد راه هوایی

تشخیص بیماری:

- کشف علائم بالینی
- آزمایش گازهای خون
- عکسبرداری ریه
- تست ریه

درمان دارویی:

- استفاده از اسپریهای تنفسی و داروهای گشاد

کننده برونش

- استفاده از داروهای ضد التهاب
- در صورت وجود عفونت تجویز آنتی بیوتیک

طرز استفاده از اسپری:

- در پوش اسپری را بردارید.
- اسپری را در مدت ۲-۵ ثانیه تکان دهید.
- یک نفس عمیق بکشید.
- دهانه اسپری را به صورت وارونه در دهان قرار دهید.
- اسپری را کاملا فشار داده و یک نفس عمیق کشیده بطوریکه تمام دارو با شدت به ریه برسد.
- اسپری را جدا نموده و بالبهای غنچه ای بازدم را انجام دهید.
- به هنگام اسپری کردن چشمان خود را ببندید.
- سر اسپری را با آب تمیز کرده و در پوش آن را ببندید.

فاصله زمانی بین اسپری ها ۵ تا ۱۰ دقیقه باید باشد بعد از استنشاق دارو دهان خود را جهت جلوگیری از عفونتهای قارچی و خشکی بشویید. استفاده از (اسم یار یا دم یار) که بصورت محفظه مخروطی شکل می باشد که اسپری در انتهای آن قرار میگیرد و سر آن در دهان گذارده می شود و دارو به درون محفظه تخلیه می گردد و با کشیدن ۲ تا ۳ نفس تمام دارو به ریه وارد میشود و از خارج شدن دارو از دهان جلوگیری میکند و بسیار کمک کننده می باشد.



به زمان تمام شدن دارو دقت داشته باشید. جهت این کار محفظه دارو را



بنیاد قلب فارس بیمارستان کوثر

بیماری آسم



تهیه و تنظیم : م. سهرابی
با همکاری واحد آموزش پرستاری بیمارستان کوثر
شماره سند: PF- PRD- ۱۷۰۰
تاریخ بازنگری: ۹۶/۷/۱
تایید کننده: دکتر شبنم صدیقی
متخصص داخلی

منبع: کتاب پرستاری داخلی - جراحی برونر و سودارث

مرور بیماریهای داخلی جراحی تالیف علیرضا خاتونی

آدرس: شیراز - خیابان قمردهشت - بعد از پل زیر گذر - بنیاد قلب فارس - بیمارستان کوثر
بیمارستان کوثر: صندوق پستی: ۶۹۷ - ۷۱۹۵۵ - تلفن: ۶۲۳۱۵۱۵ - ۰۷۱۳ - نمابر: ۰۷۱۳ - ۶۲۵۰۵۰۰

www.kowsar-hospital.ir

- در هنگام تنگی نفس قرار گرفتن در وضعیت نشسته و خمیده به سمت جلو بروی میز می تواند کمک کننده باشد.
- فیزیوتراپی قفسه سینه در تخلیه ترشحات می تواند بسیار مفید باشد.
- در صورت مصرف اکسیژن طبق دستور پزشک اجرا نمایید.
- تنفس با لبهای بهم فشرده برای کاستن حملات تنفسی و استفاده از دیافراگم در هنگام تنفس شرایط را مساعد تر می کند.
- تنظیم درجه حرارت اتاق در محدوده مطبوع آرامش بیشتری را برای شما فراهم می آورد.
- پس از حمله آسم از مصرف قرصهای خواب آور خودداری کنید. زیرا سبب کند شدن تنفس و دشواری آن می شود.
- تپش قلب، استفراغ، سرگیجه، بیقراری ممکن است مربوط به مسمومیت با قرص تتوفیلین باشد در این صورت به پزشک مراجعه کنید.
- به صورت دوره ای و مرتب جهت معاینات لازم به پزشک مراجعه کنید.
- روشهای مقابله با استرس را بیاموزید.

با آرزوی سلامتی و تندرستی برای شما

درون یک ظرف آب قرار دهید اگر دارو تمام شده باشد. محفظه روی سطح آب قرار میگیرد.

مهمترین نکاتی که بیماران باید به آن دقت کنند:

- بیمار باید آلرژنها را بشناسد و از قرار گرفتن در مجاورت آنها خودداری کند. مهمترین آلرژنها در صفحات قبل ذکر گردیده است.
- در صورتیکه گرده گیاهان برای شما ایجاد مشکل میکند، در زمانهایی که گرده هوا زیاد است از خارج شدن از منزل خودداری کنید
- اگر حیوانات مشکلی برای شما ایجاد می کنند، آنها را از خانه دور نگه دارید.

- از خوردن غذاهایی که حاوی سولفید می باشند، مانند میوه های خشک و نوشیدنیها (الکل و مشروبات) خودداری کنید.
- اگر سرما شما را اذیت می کند در زمستان بینی و دهان خود را با شال بپوشانید.



- از کشیدن سیگار بدلیل آسیب رساندن به مژکهای راه تنفسی و شروع حملات آسم خودداری کنید.
- از ورزش سنگین خودداری کنید.
- نوزادانی که مادرانشان در دوران بارداری در معرض مکرر دود سیگار بوده اند احتمال ابتلا بیشتری به آسم دارند.
- محققان به این نتیجه رسیده اند کسانی که از رژیم غذایی پر چرب و پر کالری استفاده می کنند بیشتر از سایرین در معرض شروع حملات می باشند.
- از استفاده از شوینده ها بخصوص در مکانهای بسته خودداری کنید.
- مصرف کافی مایعات به رقیق شدن ترشحات شما کمک می کند.