

نوعی بیماری ریوی خفه‌کننده است که در آن محدود شدن مسیر هوایی به صورت مزمن و کاملاً قابل برگشت است و عمل بازدم به صورت کامل (به صورت محبوس شدن هوا) به سختی انجام می‌شود. معمول‌ترین عامل ایجاد COPD استعمال دخانیات است، البته عوامل دیگری همچون آلودگی هوا و وراثت نیز نقش کمتری در ایجاد آن دارند. از منابع اصلی در کشورهای در حال توسعه آلودگی هوا، آتش‌های خوراک‌پزی و بخاری‌هایی است که تهویه مناسبی ندارند. بر خلاف بیماری آسم، تنگی نفس در این بیماری با استفاده از دارو کاهش نمی‌یابد.

با کم کردن میزان قرار گرفتن در معرض عوامل شناخته شده این بیماری، می‌توان از آن جلوگیری کرد. این امر با تلاش‌هایی برای کاهش سیگار کشیدن و همچنین افزایش کیفیت هوای محیط‌های داخلی و خارجی مقدور است.

علامت‌ها و نشانه‌های بیماری

معمول‌ترین نشانه‌های بیماری COPD تولید خلط سینه، دشواری تنفس و ایجاد سرفه است.

این نشانه‌ها به مدتی طولانی همراه بیمار خواهند بود.

- سرفه مزمن معمولاً اولین نشانه‌ای است که اتفاق می‌افتد. در صورتی که سرفه در بیش از سه ماه یک سال و در دو سال متوالی همراه با تولید خلط و بدون هیچ گونه دلیلی وجود داشته باشد
- تنگی نفس
- تنگ شدن قفسه
- گشاد شدن سینه
- نشستن به شکل چمباتمه
- نمونه‌های پیشرفته بیماری COPD باعث فشار بالا در شریان‌های ریه می‌شود که باعث مواردی همچون از کار افتادن بطن راست قلب می‌شود. این وضعیت نارسایی قلبی ریوی نامیده می‌شود و به تورم پاها و تورم ورید گردن منجر می‌گردد.
- خستگی
- چماقی شدن ناخن انگشت‌ها در برخی موارد.

عامل بیماری

عامل اصلی بیماری COPD کشیدن دخانیات یا قرار گرفتن در معرض بیماری به خاطر شغل و

آلودگی آتش‌های محیط‌های داخلی است که در برخی از کشورها عوامل بسیار مهمی هستند. سابقه ژنتیکی فرد نیز می‌تواند بر روی این خطر تأثیرگذار باشد. همچنین هوای سرد نیز می‌تواند نقش داشته باشد، چرا که بیشتر موارد تشدید بیماری معمولاً در زمستان اتفاق می‌افتد.

در معرض بودن شدید و به مدت طولانی در محیط‌های کاری که آلوده به گرد و خاک، مواد شیمیایی و دود است، خطر ابتلا به بیماری COPD را در افراد سیگاری و غیرسیگاری افزایش می‌دهد. از جاهایی که گرد و غبار زیادی دارند، میتوان به مشاغلی که با موادی همچون کادمیم و ایزوسینات درگیر هستند و دودهای ناشی از جوشکاری اشاره کرد. کارهای کشاورزی نیز یکی از موارد خطرناک به‌شمار می‌رود.

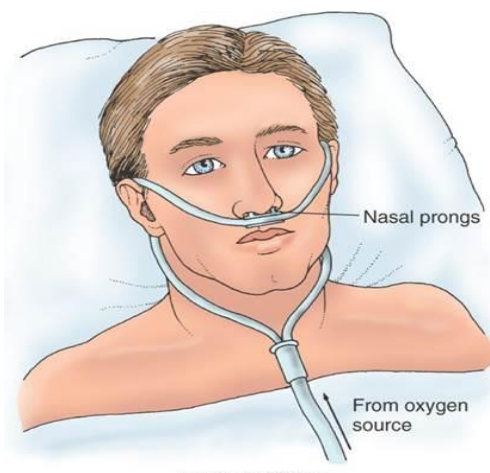
روش های درمانی

درمان شناخته شده‌ای برای COPD وجود ندارد، اما نشانه‌های آن قابل درمان بوده و پیشرفت آن قابل کم شدن است.

- ترک سیگار

بیمارستان امام حسین (ع)

بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD)



واحد آموزش و ارتقاء سلامت بیمارستان

فروردین 1405

- در صورت آلودگی قابل توجه هوا که می تواند موجبات اسپاسم برونشها را فراهم آورد از منزل خارج نشوید و در معرض هوای آلوده قرار نگیرید. همچنین در معرض هوای بیش از اندازه گرم و مرطوب قرار نگیرید..
- از خوردن غذاهای پرادویه و محرک پرهیز کنید.
- جهت رقیق شدن ترشحات می توانید از بخور استفاده کنید.
- در صورت استفاده از اکسیژن برای جلوگیری از مسمومیت با اکسیژن و همچنین سردرد ناشی از آن، هر ۲ ساعت به مدت ۱۵ دقیقه ماسک اکسیژن را بردارید.

منابع:

- کتاب مراقبت های پرستاری برونر و سودارث
- جهت کسب اطلاعات بیشتر و پیگیری با واحد ارتقا سلامت بیمارستان امام حسین (ع) تماس حاصل فرمائید.

۰۲۶-۳۴۱۹۳۲۸۰

- سلامت شغلی
- دوری از آلودگی هوا
- واکسیناسیون آنفلوآنزا یک بار در سال، واکسیناسیون پنوموکوک هر پنج سال
- کمتر قرار گرفتن در معرض هوای آلوده
- ورزش
- داروهای گشاد کننده های برونش
- کورتیکواستروئیدها
- استفاده دراز مدت از آنتی بیوتیکها،
- استفاده از اکسیژن درمانی

چگونه علائم بیماری را کاهش دهیم:

- به منظور رقیق کردن ترشحات، مایعات فراوان مصرف کنید.
- به گونه ای هدایت شده و کنترل شده سرفه نمایید.
- برای خروج ترشحات از فیزیوتراپی قفسه سینه استفاده کنید. برای این کار کف دست را به شکل منحنی درآورده و از پایین به طرف بالا در دو طرف قفسه سینه به پشت بیمار ضربه بزنید. این کار را هر ۱ ساعت به مدت ۵ دقیقه در هر طرف قفسه سینه تکرار کنید.