

تعریف بیماری

تنگی راه هوایی در اثر افزایش غلظت ترشحات و تورم راه هوایی. افراد مبتلا علائم سرفه پایدار، تولید خلط، عفونت تنفسی و کوتاه شدن تنفس را دارند این حالت بطور کامل برگشت پذیر نیست و ممکن است بدلیل کمبود اکسیژن رنگ لبها و ناخن بیمار سیاه شود و نیاز به اکسیژن کمکی داشته باشد. علائم بیماری بتدریج پیشرفت می کند



علت بیماری

- کشیدن سیگار توسط بیمار و یا قرار گرفتن در محیطی که دیگران سیگار می کشند
- قرار گرفتن در معرض آلودگی ها و محرک های محیطی مانند گرد و غبار و یا تماسهای شغلی
- عوامل ژنتیک و یا سابقه عفونتهای تنفسی در کودکی

- عفونتهای شدید ریه هم ممکن است باعث صدمه زدن به ریه گردد

تست های تشخیصی

عکس قفسه سینه - تست عملکرد ریه (اسپیرومتری) - آزمایش خون برای شمارش کامل گلبولهای خون - اندازه گیری گازهای خون - سی تی اسکن ریه

علائم بیماری

این بیماری با سرفه، تولید خلط، تنگی نفس شدید عمدتاً در حین فعالیت، تنفسهای تند و کوتاه و تنگی نفس حین غذا خوردن مشخص می شود

این بیماری بر فعالیتهای روزانه شما تاثیر گذاشته و فعالیتهای شما را کم می کند. همچنین تنفس اضافی باعث کاهش وزن می گردد. این بیماری یک بیماری پیشرونده است و بتدریج تا حد اختلال تنفسی در حین استراحت و نیاز دائم به اکسیژن پیشرفت می کند

روشهای درمان

- موثرترین درمان ترک سیگار و دوری از آلوده کننده های هواست
- اکسیژن درمانی نیز یک درمان موثر است.

- داروهای آنتی بیوتیک برای درمان عفونت ریوی
- داروهای گشاد کننده ریه برای بهبود تنفس و بهتر خارج شدن ترشحات
- دریافت مایعات کافی در حد 2-3 لیتر (با در نظر گرفتن بیماری زمینه ای) طبق تایید پزشک
- فیزیوتراپی قفسه سینه نیز در خروج ترشحات موثر است

آموزش به بیمار

مهمترین موضوعاتی که بیمار باید بداند - راههای کنترل عفونت و تکنیک های تنفسی - نحوه فیزیوتراپی قفسه سینه - اکسیژن درمانی در منزل - نحوه مصرف داروها و عوارض جانبی آنها - نوع و رژیم غذایی و فعالیت و اینکه چه زمانی نیاز به کمک درمانی دارند

بیمار باید بداند

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده: ثریا محمود ابادی

منابع:

برونر سودارت 2010

2014 Urden

URDEN CRITICAL CARE NURSING

بهار 1395

تایید کمیته آموزش به بیمار تایید مسئول علمی بخش



بیمارستان شهید محمدی

بیماری انسدادی ریه (COPD)

- از جاهای شلوغ و افراد بیمار (مثلا افراد مبتلا به سرماخوردگی و آنفلوانزا) دوری کنید
- سیگار نکشید
- خواب و استراحت کافی داشته باشید
- در صورت داشتن اضافه وزن ، وزن خود را کم کنید
- از دستگاه های تصفیه هوا در خانه و یا تهویه مطبوع وقتی مواد حساسیت زا در هوا موجود است استفاده کنید
- هر سال واکسن آنفلوانزا تزریق کنید
- معاینات دوره ای دهان و دندان انجام شود
- تنفس لب غنچه ای توسط پرستار آموزش داده شود تا در زمان تنگی نفس از این روش استفاده کنید
- مراجعات دوره ای منظم به پزشک معالج خود داشته باشید
- اگر بیمار نیاز به اکسیژن دارد با کلیه تجهیزات مرتبط و نحوه استفاده از آن آشنا شده و روش صحیح کار با آن توسط پرستار توضیح داده شود
- بیمار و خانواده باید از نحوه صحیح فیزیوتراپی قفسه سینه و روش های تنفس عمیق و سرفه موثر برای بهبود تهویه و خارج ساختن ترشحات آگاهی داشته باشند
- طبق دستور پزشک داروها را منظم مصرف کنید
- روش صحیح استفاده از داروهای اسپری را یاد بگیرید
- تمرینات ورزشی ساده را شروع کنید تا عضلات تنفسی شما قوی گردد
- تعداد وعده های غذایی خود را افزایش دهید ولی حجم غذای مصرفی را در هر وعده کاهش دهید
- غذای نفاخ مصرف نکنید
- افرادی که داروی تئوفیلین مصرف می کنند باید توجه داشته باشند که مصرف سیگار با دارو تداخل ایجاد می کند و نباید استفاده شود