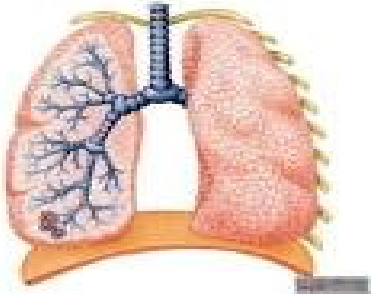




بیماری انسدادی مزمن ریوی (COPD)



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

واحد آموزش همگانی

کد پمفلت: AH/HE14

منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته پل مارینو)
- کتاب مراقبت های ویژه (نوشته معصومه ذاکری مقدم)

نشانی :

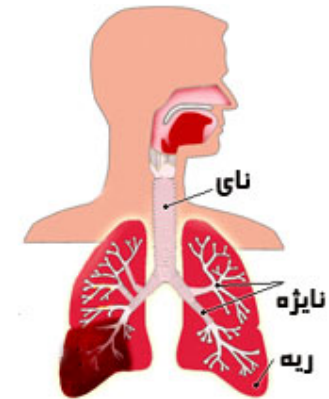
خمینی شهر - خیابان بوعلی - بیمارستان شهید
اشرفی طبقه اول - واحد آموزش به بیمار
شماره تلفن : 031-33625081

- 8- هنگام آلودگی هوا توصیه می شود از منزل خارج نشوید و در معرض هوای گرم و مرطوب قرار نگیرید .
- 9- ایمن سازی علیه هموفیلوس آنفولانزا و پنومونی استروپتوکوک را انجام داده و هر پنج تا هفت سال یکبار واکسن آنفولانزا و پنوموکوک را تجدید کنید.
- 10- از قرارگیری در معرض نگرانی های عاطفی دوری کنید.
- 11- فعالیتهای مثل حمام کردن و لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید.
- 12- نیازهای تغذیه ای بیمار را رعایت کنید.
- 13- برای پاک کردن راه هوایی به بیمار گفته شود آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنید.
- 14- در مورد میزان اکسیژن مناسب و تعداد مجاز استفاده از آن و خطرات ناشی از کاربرد خود سرانه آن در طی درمان اجتناب شود.
- 15- حفظ نکات بهداشتی.
- 16- هنگام استراحت بیمار در تخت در فواصل منظم در تخت چرخیده و وضعیت جدیدی به خود بگیرید.

بیماری انسدادی مزمن ریوی

شما اگر دچار بیماری انسدادی مزمن ریه بودید، چه طور نفس می کشیدید. آن وقت مطمئناً قدر سلامتی تان را بیشتر می دانستید و در حفظ و ارتقای آن تلاش بیشتری می کردید .

برای این که ببینید افراد مبتلا به بیماری های انسدادی مزمن ریه چه احساسی دارند، اگر ریه های سالمی دارید، این آزمایش را انجام بدهید: ابتدا یک دم معمولی انجام بدهید و سپس بازدم تان را از داخل یک نی عبور دهید. به احتمال زیاد، قبل از پایان بازدم احساس خواهید کرد که نیازمند دم مجدد هستید. اگر این عمل را تکرار کنید، دیگر قادر به تخلیه ریه ها نخواهید بود نفس های شما کم عمق و سطحی شده و دچار تنگی نفس می شوید.



این بیماری معمولاً چه علایمی دارند؟

تنگی نفس و سرفه های مزمن که معمولاً همراه با تولید خلط هستند و گاهی اوقات بزرگ شدن قفسه سینه از نشانه های بیماری انسدادی مزمن ریه است.

چه عواملی باعث بروز بیماری مزمن ریه می شود؟

در صورت مصرف سیگار، احتمال ابتلا به این بیماری در شما یک در چهار تا یک در شش است. دود تنباکوی استنشاق شده، مو یا مژه های بسیار ظریف پوشاننده نایژه ها را فلج می کند. در نتیجه مواد محرک که در ترشحات تنفسی گیر افتاده اند، در نایژه ها باقی می ماند زیرا مژه ها قادر نیستند آن ها را به سمت بیرون برانند . به دنبال آن غشاهای نایژه ای ملتهب شده و در نهایت انسداد مزمن ایجاد می شود. استنشاق دود سیگار در فضای اطراف ما ، اگر با دیگر عوامل خطرزا از قبیل سابقه مصرف سیگار یا تماس مداوم با هوای آلوده همراه باشد به ایجاد این بیماری کمک خواهد کرد. گر چه مصرف سیگار شایع ترین علت آن است اما تماس شغلی با بخارات شیمیایی یا گرد و غبار پنبه، چوب، زغال سنگ یا سایر مواد نیز شما را در معرض خطر قرار می دهد. علاوه بر این آلودگی هوا و گازهای سمی موجود در محیط از قبیل مه غلیظی که از آلودگی هوا ناشی می شود، در ایجاد این بیماری نقش دارند.

اقدامات درمانی

1. ترک سیگار توصیه می شود.
2. واکسیناسیون آنفلوآنزا و پنوموکوک
3. اکسیژن درمانی در خانه
4. داروهای استنشاقی گشادکننده ریه ها
5. کورتون ها
6. جراحی (پیوند ریه)
7. مصرف داروهای افزایشنده فشارخونی

آموزش به بیماران مبتلا به بیماری انسدادی مزمن

ریوی:

- 1- کاهش اضطراب ، نیاز به اکسیژن را کمتر میکند.
- 2- از جمله نشانه های بیماری انسداد ریوی تنگی نفس و سرفه میباشد. به بیمار گفته شود با دیدن هر کدام از این علائم پزشک یا پرستار را آگاه کنید.
- 3- کاهش وزن در این بیماری شایع است پس بیمار باید روزانه وزن خود را چک کنید.
- 4- به علت تنگی نفس در این بیماری توصیه می شود اکسیژن به خصوص در شب در دسترس باشد.
- 5- از کشیدن سیگار و قلیان و پپ خودداری شود.
- 6- برای رقیق کردن ترشحات بیمار مایعات فراوان مصرف کنید.
- 7- در صورت وجود تب و تغییر در رنگ و مقدار خلط پزشک یا پرستار را خبر کنید.