

## بیماری انسداد ریوی مزمن

### توضیح کلی

بیماری انسداد ریوی مزمن اصطلاحی است که برای انسداد مزمن مجاری هوایی ناشی از آمفیزم، برونشیت مزمن، آسم، یا ترکیبی از این اختلالات به کار می‌رود. غالباً، ترکیب شامل برونشیت و آمفیزم است. بروز این بیماری مرتباً در حال افزایش است. مردان بیشتر از زنان دچار این بیماری میشوند (تا همین اواخر، مردان بیشتر از زنان سیگار میکشیدند).

### علائم شایع

امکان دارد علائم تا سنین میانسالی ظاهر نشوند، با این که عقیده بر این است که بیماری از همان اوایل دوران بزرگسالی آغاز میشود. برونشیت: سرفه مکرر یا حملات سرفه قطاری که معمولاً خلطدار است.

تنگی نفس: تنگی نفس که طی چندین سال بر شدت آن افزوده میشود.

وجود خلطی که ضخیم است و به سختی میتوان آن را خارج کرد. رنگ و خصوصیات خلط برحسب این که عفونت وجود داشته باشد یا نه، متغیر است.

آمفیزم: غالباً در مراحل اولیه علامتی وجود ندارد.

گاهی بروز عفونتهای مکرر در ریهها یا لولههای نایزهای خس خس یا سرفه در حد کم خلط در حد خیلی کم

کاهش وزن

آسیب به ریهها به علت التهاب و تحریک نایزهای ناشی از: کمبود آنتیتریپسین (یک آمفیزم ارثی)

شاید عفونت ویروسی

مواجهه شغلی با مواد تحریک کننده(مثلاً در مورد آتش نشانان)

سیگار کشیدن

آلودگی هوا

### عوامل افزایش دهنده خطر

قرار گرفتن در معرض دود سیگار (به خصوص بزرگسالانی که والدین آنها سیگار می کشیدند)

بروز ذاتالریه ویروسی در اوایل زندگی

سابقه خانوادگی آلرژی، یا بیماریهای تنفسی و ریوی

سیگار کشیدن

پیری

### پیشگیری

اجتناب از سیگار کشیدن مهمترین کاری است که میتوان انجام داد. اجتناب از قرار گرفتن در معرض دود سیگار نیز اهمیت دارد زیرا یکی از عوامل خطر به حساب میآید.

هماکنون مطالعاتی در جریان هستند تا مشخص شود که آیا روشی برای شناسایی زودهنگام این بیماری وجود دارد یا خیر.

### عواقب مورد انتظار

کاهش تدریجی کار ریه. اما با درمان میتوان علائم را کاهش داد و از عفونتها پیشگیری کرد. درمان به شما کمک خواهد کرد تا زندگی فعال و پر بارتری داشته باشید.

طول عمر کاملاً متغیر است. در بیماران جوانتر امکان دارد پیش آگهی بدتر است، به خصوص اگر مشکلات دیگری مثل تند شدن ضربان وجود داشته باشد.

همچنین بیمارانی که در ارتفاع حدود ۱۱۰۰ متر به بالا زندگی می کنند طول عمرشان کمتر است.

### عوارض احتمالی

عفونت های مکرر؛ اضطراب و یا افسردگی

سایر عوارض عبارتند از: پرفشاری خون ریوی، قلب ریوی (منظور قلبی که در اثر مشکل ریه خود دچار مشکل شده است(بی لپ، سیتمی) پر خونی( ثانویه، تشکیل حفره هایی

در ریه، و نارسایی تنفسی

### درمان

- امکان دارد آزمایشات تشخیصی شامل موارد زیر باشند: آزمایش خون، بررسی کار ریه، سیتی اسکن، عکس گرفتن از نایژه ها با ماده حاجب، و عکس قفسه سینه

- اهداف کلی درمان عبارتند از: تخفیف علائم، کند کردن روند پیشرفت بیماری، و جلوگیری از بروز عوارض

- درمان در منزل معمولاً کافی است، اما اگر عفونت رخ دهد یا علائم بدتر شوند امکان دارد بستری کردن در بیمارستان ضروری باشد.

- ترک سیگار اهمیت زیادی دارد: از قرار گرفتن در معرض دود سیگار و مواد تحریک کننده نیز باید اجتناب شود.

- نصب سیستم تهویه مطبوع فیلتردار در منزل نیز ممکن است کمک کننده باشد.



## بیماری انسداد ریوی مزمن

DISEASE PULMONARY OBSTRUCTIVE CHRONIC

### تهیه و تنظیم:

دایره آموزش بیمارستان بانک ملی ایران

بایب ۳۳۹

### رژیم غذایی

رژیم خاصی توصیه نمیشود، اما تغذیه مناسب برای حفظ سلامت مهم است. روزانه حداقل ۱۰-۸ لیوان مایعات بنوشید.

در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم بیماری انسداد ریوی مزمن را دارید.

اگر تب به علائم اضافه شود یا درد قفسه سینه افزایش یابد.

اگر در خلط خون ظاهر شود یا خلط ضخیم شود. اگر حتی در زمانی که استراحت میکنید یا سرفه ندارید نیز تنگی نفس داشته باشید

وضعیت سلامت نایژه ها را می توان با استنشاق بخار آب، تخلیه نایژه ها به کمک تغییر وضعیت بدن، و فیزیوتراپی مخصوص قفسه سینه بهبود بخشید.

- واکسن پنوموواکس) برای پیشگیری از ذاتالریه ناشی از باکتری پنوموکک) و سالانه یک بار واکسن آنفلوانزا  
- با پیشرفت بیماری ممکن است نیاز به اکسیژن وجود داشته باشد.

### داروها

داروهای گشادکننده نایژه تجویز میشوند. اول این درمان امتحان میشود و پس از ارزیابی پاسخ به آن، دوز دارو طوری تنظیم میشود تا اثرات جانبی به حداقل برسند.

آنتی بیوتیک ها برای عفونت در بعضی از بیماران، مصرف کورتیکواستروئیدها ممکن است سودمند باشد.

امکان دارد داروهایی برای اضطراب یا افسردگی توصیه شود، اما این داروها باید با احتیاط مصرف شوند زیرا بیمار نباید زیاده از حد

تحت اثرات آرامبخش و خواب آوری این داروها قرار گیرد. تجویز آنتی تریپسین در مواردی که کمبود آن وجود دارد.

### فعالیت

بی تحرکی طولانی مدت باعث افزایش ناتوانی میشود. اگر بیماری قلبی شدیدی وجود نداشته باشد، لازم است که بیمار برنامه ورزشی منظمی را دنبال کند (معمولاً پیاده روی)

اقداماتی مثل کار درمانی، بازتوانی کاری، و فیزیوتراپی نیز شاید توصیه شوند.

**آدرس:** تهران، خیابان فردوسی، محوطه ادارات مرکزی بانک ملی ایران، بیمارستان بانک ملی

تلفن: ۰۲۱-۶۱۴۲۳۷۱۰

[www.bmihospital.ir](http://www.bmihospital.ir)