

❖ تعریف

بیماری انسدادی مزمن ریوی یکی از بیماری های ریوی است که جریان هوایی را که شما تنفس می کنید بخصوص در بازدم دچار محدودیت و کاهش سرعت می شود و همراه با آن ممکن است یک واکنش التهابی غیر طبیعی در پاسخ به ذرات مضر و گازها هم وجود داشته باشد. این بیماری در هر دو جنس زن و مرد دیده می شود. و معمولا در سنین میانسالگی علائم بیماری ظاهر می شود و با افزایش سن بیشتر می شود

❖ علت:

• مصرف سیگار که علت ۸۰ تا ۹۰ درصد موارد بیماری می باشد. (حتی افراد سیگاری که در حال حاضر سیگار نمی کشند)

• آلودگی های محیط زندگی

• مسائل شغلی

• تماس با دود سیگار طولانی مدت

❖ علائم این بیماری چیست؟

• سرفه

• تولید خلط

• تنگی نفس عمدتا در حال فعالیت

• تنفس های تند و کوتاه

• صداهای اضافی ریوی

• تنگی نفس در حین غذا خوردن ممکن است

ایجاد شود

• کار اضافه تنفسی باعث کاهش وزن بیمار

هم میگردد.

• این علائم باید جدی گرفته شود و سریعاً به

پزشک مراجعه گردد. توجه داشته باشید

که این بیماری در فعالیت های روزانه شما

تاثیر میگذارد و فعالیت های شما را کم

میکند.



❖ درمان بیماری چیست؟

برای کنترل کردن علائم بیماری خود باید درمان خود را ادامه دهید و متأسفانه به علت برگشت ناپذیر بودن بیماری درمان مادام العمر میباشد

• ترک سیگار موثرترین اقدام برای پیشگیری و کند کردن بیماری میباشد (ترک سیگار و مصرف اکسیژن که به تجویز پزشک صورت میگیرد طول عمر را زیادتیر خواهد کرد)

• فعالیت های خود را به تدریج شروع کرده و هنگامی که احساس خستگی میکنید و تنگی نفس احساس کردید استراحت کنید

• وزن خود را اگر افزایش وزن دارید کم کنید تا به وزن مناسب برسید

• اگر کاهش وزن داشته اید و مقدار زیادی وزن ازدست داده اید باید غذای پرکالری دریافت کنید تا به وزن مناسب دست یابید.



❖ راه های تشخیص بیماری چیست؟

• تاریخچه بیماری و شرح حال بیماری

• تست های عملکرد ریه مانند اسپرومتری

• عکس قفسه سینه

• سی تی اسکن از ریه ها

• آزمایش های خونی مانند اندازه گیری

گازهای خون شریانی



بیمارستان سیدالشهدا (ع) قادرآباد

واحد آموزش سلامت

بیماری انسدادی مزمن

ریوی

کدسند: SSH-BGC-PE-03

ویرایش: ۱ بازنگری: ۲

تهیه کننده: آزاده خسروانین

تایید سوپر وایزر آموزشی	تایید مسئول علمی بخش

منابع:

- 1- Smeltzer S, Bare B. Brunner & Suddarth's Text book of Medical Surgical Nursing. (2014). Lippincott Williams & Wilkins 12th ed
- 2- MD Consult (2017) accessed on <http://www.mdconsult.com/das/patient/body/386084432>

بهار ۱۴۰۱

• مایعات بنوشید نوشیدن مایعات باعث رقیق شدن خلط و ترشحات می شود و تخلیه ترشحات به راحتی صورت

می گیرد. سرفه موثر نیز خود باعث تخلیه ترشحات می شود

• استرس و اضطراب خود را کنترل کنید. برای مثال موقعیت های تنش زا می تواند دوره های سرفه را افزایش دهد .

• داروهای تنان مثل اسپری ها آنتی بیوتیک ها و داروهای خوراکی مثل کورتون ها را مطابق آنچه پزشک به شما دستور داده استفاده کنید .

• اکسیژن درمانی را به مقدار توصیه شده که ۱-۲ لیتر در دقیقه می باشد دریافت کنید از اکسیژن با غلظت بالا اجتناب کنید. در ضمن اکسیژن گازی است که به سرعت آتش میگیرد. بنابراین باز گذاشتن آن خطرناک است. برای جلوگیری از خشکی مخاط در قسمت مرطوب کننده دستگاه اکسیژن تا خط نشانه آب ریخته شود .

• واکسیناسیون (پنوموواکس و آنفولانزا) نیز کمک به حفظ سلامتی شما می کند چون سرماخوردگی و آنفولانزا می تواند ریه های شما را درگیر کرده تنفس برایتان سخت گردد .

• مراجعات دوره ای منظم به درمانگاه ریه داشته باشید .

• انجام تمرینات ورزشی ساده را شروع کنید تا عضلات تنفسی شما قوی شود