



بیماری انسدادی مزمن ریوی

تهیه کننده: مهسوومه میربیدختی

ویراست علمی: سوپروایزر آموزش سلامت

تاریخ بازنگری: ۹۷/۱۰/۳



اقدامات درمانی

ترک سیگار در کنترل بیماری بسیار موثر است. در صورت داشتن اضافه وزن، وزن خود را کم کنید. واکسیناسیون آنفلوآنزا و پنوموکک جهت حفظ سلامتی. در صورت نیاز و طبق توصیه پزشک معالج اکسیژن درمانی در منزل به میزان یک یا دو لیتر در دقیقه مصرف منظم اسپری ها و کورتونها و آنتی بیوتیک ها خواب و استراحت کافی داشته باشید. لازم است اتاق شما تهویه مناسب داشته باشد. از مخدرها و مسکن ها استفاده نکنید. تمرینات ورزشی ساده را شروع کنید تا عضلات تنفسی شما قوی شود. مراجعات دوره ای منظم به پزشک معالج خود داشته باشید. مددجوی گرامی شما می توانید با مراجعه به آدرس اینترنتی www.gmu.ac.ir و انتخاب مرکز آموزشی، پژوهشی درمانی علامه بهلول گنابادی از منوی شبکه ها و مراکز درمانی و مراجعه به واحد آموزش سلامت به سایر مطالب آموزشی دسترسی پیدا کنید

تایید کننده محتوای علمی: دکتر رضا محمودی متخصص داخلی

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:

تلفن: 05157236835

بخش داخلی یک : 1188



تغذیه بیماران چگونه باشد؟

۱. مواد غذایی کم کربوهیدرات و پرپروتئین مصرف کنید.
۲. تعداد وعده های غذایی خود را افزایش دهید ولی حجم مواد غذایی را در هر وعده کاهش دهید.
۳. غذاهای نفاخ مثل کلم و بادمجان و... مصرف نکنید.
۴. از مصرف قهوه، الکل، نوشابه، ادویه، سیگار و قلیان خودداری کنید.
۵. میوه و سبزیجات بیشتر مصرف کنید.
۶. مایعات بیشتر بنوشید. نوشیدن مایعات باعث رقیق شدن خلط و ترشحات می شود.
۷. رژیم غذایی شما باید سرشار از ویتامین های گروه آ، ب، ث و کا باشد
۸. رعایت بهداشت دهان ضروری است.





عوامل خطر

عواملی که در ایجاد بیماری نقش دارند :

۱- سیگار کشیدن به عنوان مهم ترین عامل ایجاد COPD شناخته شده است ۱۵درصد از سیگاری ها دچار این بیماری می شوند

۲. عوامل دموگرافیک : سن ، سابقه خانوادگی، جنس مذکر سابقه عفونت های تنفسی در کودکی وضعیت اقتصادی پایین

۳. سایر عوامل:

فاکتورها محیطی مثل آلودگی هوا ، تماس های شغلی، وزن بالا ، نقص مادرزادی ، آنزیم آلfa آنتی تریپسین ، پر فعالیتی برونشیا.



روش های تشخیص بیماری

- شرح حال بیمار
- تست های عملکرد ریه مانند اسپرو متری
- عکس قفسه سینه
- سی تی اسکن ریوی
- آزمایشات خونی مانند اندازه گیری گاز های خون

علائم بیماری انسدادی مزمن ریوی

این بیماری با سرفه وتولید خلط وتنگی نفس شدید وعمدتا در حالت فعالیت تنفس های تند وكوتاه وصداهای اضافی ریوی مثل ویز تنگی نفس در حین غذا خوردن مشخص می شود.

این بیماری بر فعالیت های روزانه شما تاثیر گذاشته وفعالیت های شمارا کم می کند.همچنین تنفس اضافی باعث کاهش وزن در بیمار می گردد .

COPD یک بیماری پیشرونده است وبه تدریج تا حد اختلال تنفسی درحین استراحت ونیاز دائم به اکسیژن پیشرفت می کند .



بیماری انسدادی مزمن ریوی

تنگی راه هوایی در اثر افزایش غلظت ترشحات وتخریب راه هوایی است که دربسیاری از سالمندان سرفه های پایدار عفونت های تنفسی وكوتاه شدن تنفس را نشان می دهد .
علائم معمولا به تدریج پیشرفت می کند وبه طور شایع زمانی مورد توجه قرار می گیرد که فرد در هوای سرد یا مرطوب دچار مشکل تنفسی می شود

این بیماری در هر دو جنس زن ومرد دیده می شود ومعمولا در سنین میانسالی علائم بیماری ظاهر می شود وبا افزایش سن بیشتر می شود.

