



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

«بیمارستان امام خمینی (ره) استهبان»

# آسم

## Asthma

تهیه کننده: محمد صادق صدیق-کارشناس پرستاری

منبع

شبان-مرضیه / پدram رازی-شادان

پرستاری داخلی جراحی\_تنفس برونرسودارت ۱۳۹۵

تاریخ تدوین: پاییز ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۲



گاهی از داروهای استروئیدی به شکل قرص مانند پردنیزولون استفاده می شود . این دسته از داروها باعث کاهش التهاب راه های هوایی می شود. مطمئن شوید که داروها را به شکل صحیح استفاده می کنید. طرز استفاده از اسپری را به خوبی یاد بگیرید. چون این داروها در صورتی مؤثرند که بطور کامل وارد ریه شوند. برای جلوگیری از به هدر رفتن دارو در هوا از بالنی پلاستیکی و شفاف استفاده می شود که از پخش شدن دارو در هوا و هدر رفتن آن جلوگیری می کند. این وسیله که به آسم یار هم معروف است برای بیماران مسن و یا خردسالانی که نمی توانند به خوبی از اسپری استفاده کنند بسیار مفید است.

در صورت بروز موارد زیر فوراً به پزشک مراجعه کنید:

- ✓ خس خس و سرفه های شبانه
- ✓ تنگی نفس و یا احساس فشار در قفسه سینه که بیمار را دچار مشکل کرده باشد.
- ✓ بیش از همیشه نیاز به اسپری داشته باشید.
- ✓ کاهش قابل توجه در حجم هوای بازدم
- ✓ اگر به دلیل تنگی نفس در راه رفتن یا صحبت کردن دچار مشکل می شوید.

## تشخیص بیماری:

معمولاً پزشک بیماری را به کمک علائم آن تشخیص می دهد ولی گاهی از روش های تشخیصی دیگر مانند اسپیرومتری نیز برای کمک به تشخیص استفاده میشود.

## درمان:

اغلب بیماران با مصرف داروها علائم بیماری شان برطرف شده و به زندگی طبیعی خود بر می گردند. داروهای استنشاقی (اسپری) که برای آسم استفاده می شود به سه گروه تقسیم می شوند:

۱-داروهایی که علائم بیماری را کم می کنند:

این گروه دارویی باعث شل شدن عضلات راه های هوایی و گشاد شدن مسیر تنفس می شوند و از این طریق علائم را به سرعت کاهش می دهند.

۲-داروهایی که از بروز علائم پیشگیری می کند:

این داروها حدود ۷ تا ۱۴ روز زمان نیاز دارند که اثرشان شروع شود. بنابراین این دسته دارویی اثر فوری ندارند.

۳-داروهای گشاد کننده راه های هوایی با اثر طولانی مدت (حدود ۱۲ ساعت)

## مقدمه:

آسم بیماری شایعی است که راه های هوایی را درگیر می کند. در این بیماری لوله های تنفسی در ریه ها بطور قابل برگشت تنگ می شوند. علائم این بیماری سرفه ، خس خس سینه ، احساس فشار روی قفسه سینه و تنگی نفس می باشد.

آسم بسته به شرایط بیماری و درجه تنگی راه های تنفسی ، درجات خفیف ، متوسط تا شدید دارد. آسم ممکن است در هر سنی شروع شود ولی اغلب شروع آن از دوران کودکی می باشد.

## چه عواملی در بروز آسم مؤثرند:

علت بروز آسم ، التهاب راه هوایی با منشأ ناشناخته می باشد. این التهاب موجب تحریک عضلات راه های هوایی شده و آنها را منقبض می کند . این مسأله باعث تنگ شدن راه های هوایی می شود. به همین دلیل بیمار دچار خس خس سینه و تنگی نفس می شود. التهاب همچنین باعث می شود که یک لایه مخاط و ترشح غیرطبیعی در داخل راه های هوایی بوجود آید که خود موجب سرفه شده و راه های هوایی مسدود می شود.

## عوامل تحریک و شروع مجدد یا تشدید بیماری:

علائم آسم هر چند یکبار عود می کند. برخی اوقات علت این عود مشخص بوده و گاهی شرایط خاص موجب تشدید علائم می شوند . این عوامل عبارتند از:

✓ عفونت ها، سرماخوردگی ، سرفه و عفونت های ریوی وقارچ ها

✓ فصل هایی که گرد و غبار در هوای تنفسی زیاد می شود.

✓ فعالیت های ورزشی : هر چند ورزش برای فردی که آسم دارد بسیار خوب است ولی قبل از شروع باید اسپری استفاده کنند تا از بروز علائم جلوگیری نمایند.

✓ داروها: داروهایی مانند آسپرین ، ضد دردهایی مانند بروفن و دیکلوفناک سدیم ، بتابلوکر هایی مانند پروپرانولول و آتنولول و حتی برخی از قطره های چشمی که برای درمان آب سیاه استفاده می شود ، ممکن است باعث تشدید این حالات شوند.

✓ دود سیگار و دخانیات: اگر آسم دارید و سیگار می کشید آن را ترک کنید. حتی اگر در مجاور یا در منزلی که فردی دچار آسم است ، سیگار بکشید باعث بدتر شدن حال بیمار می شود.

✓ عوامل روحی : بیماری آسم به سیستم عصبی ارتباطی ندارد ولی استرس ، ناراحتی و یا خنده می تواند باعث بروز علائم شود.

✓ حساسیت به حیوانات : گربه ، سگ و اسب معمولاً به آسم ارتباطی ندارند ولی مو و پر پرندگان می تواند مؤثر باشد.

✓ گرد و غبار خانگی : موجودات ریزی بنام مایت در گرد و غبار خانه زندگی می کنند که می توانند باعث بروز و تشدید علائم آسم شوند. بهتر است ، رویه های بالش ، فرش های پرزدار ، عروسک های پنبه ای مرتب شسته شده و جمع آوری شوند.

✓ دوره های عادت ماهیانه در برخی از خانم ها

✓ برخی از غذاها یا ادویه جات هم ممکن است این حالت را ایجاد نمایند.