

بیماری مزمن انسدادی ریه حالتی است که در آن جریان هوای داخل ریه ها محدود می شود این حالت به طور کامل برگشت پذیر نیست. بیماری مزمن انسدادی ریه انواع مختلفی از بیماری ها را شامل می شود که عبارتند از:

- **آمفیزم:** مشخصه آن تخریب و بزرگ شدن کیسه های هوایی است.
- **برونشیت مزمن:** یک بیماری مزمن همراه با سرفه و خلط است. این بیماری زمانی که انسداد یا گرفتگی مزمن جریان هوا موجود باشد اتفاق می افتد.
- **بیماری راه های هوایی کوچک:** در این بیماری راه های هوایی کوچک تنگ می شود.

چه چیزی در این بیماری ممکن است رخ بدهد؟

در مراحل اولیه این بیماری، بیماران اغلب از سرفه، خلط و تنگی نفس هنگام فعالیت شکایت دارند. با پیشرفت بیماری و بدتر شدن گرفتگی جریان هوا این علائم با شدت بیشتر و دفعات بیشتری بروز می کند و بیمار دچار خس خس سینه هنگام بازدم و کمبود اکسیژن می شود. نفس های بیمار به سختی و نیاز به تلاش فراوان دارد که موجب خستگی و ضعف شدید بیماری می شود. در مراحل انتهایی بیماری ممکن است به دلیل کمبود اکسیژن رنگ لب ها و ناخن های بیمار سیاه شود و نیاز به اکسیژن کمکی داشته باشد.

علائم بیماری مزمن انسدادی ریه: علائم معمولاً ابتدا بی سر و صدا و به تدریج پیشرفت می کند:

سرفه، خلط، تنگی نفس، عدم تحمل فعالیت فیزیکی، خس خس و احساس فشارروی قفسه سینه.

چه عواملی سبب بروز بیماری مزمن انسداد ریه می شود؟

- سابقه خانوادگی، آلرژی و یا بیماری تنفسی
- سیگار کشیدن و یا در تماس زیاد با دود سیگار بودن عامل اصلی خطر ساز بیماری مزمن انسدادی ریه می شود.
- تماس شغلی مانند کار در معادن زغال سنگ، طلا و صنایع منسوجات و پنبه به دلیل در تماس بودن با گرد و غبار ناشی از آن از عوامل خطر ساز این بیماری است.
- آلودگی هوای محیط که اهمیتی کمتر از سیگار کشیدن دارد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

«بیمارستان امام خمینی (ره) استهبان»

بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD)

تهیه کننده: مهناز ابراهیمی-کارشناس پرستاری

با همکاری واحد آموزش ضمن خدمت

منبع: برونر-سودارث

تاریخ تدوین: بهار ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۲



از جاهای شلوغ و افراد بیمار دوری کنید.
هر سال واکسن آنفولانزا و هر ۵ سال واکسن
ذات الریه تزریق کنید.
به اندازه کافی بخوابید.

فعال باشید. ورزش باعث می شود اکسیژن در
خون جریان داشته باشد و بر عضلات اثر بگذارد
و استقامت را افزایش دهد.
به کمبود تنفس خود آگاه باشید و تنفس را به
شدت انجام ندهید.

در هنگام راه رفتن کمی راه بروید و بعد از مدتی
بایستید و استراحت کنید و سپس دوباره راه
بروید.

تنفس با لب های غنچه شده انجام دهید.

اکسیژن درمانی: یک درمان موثر است. بسیاری
از بیماران این روش را دوست ندارند اما باید
بدانند که وقتی اکسیژن کم می شود قلب آسیب
می بیند.

در صورت مبتلا بودن به بیماری مزمن
انسدادی ریه چه مواردی باید رعایت کنیم؟
سیگار نکشید، داروهای تجویز شده را منظم
مصرف کنید، وزن خود را کم کنید، اگر فردی
چاق باشد کاهش وزن می تواند در بهبودی
تنفس نقش زیادی داشته باشد.

از تماس با آلاینده هایی مثل گرد و غبار، گرده
گیاهان، دود سیگار، ساخت و ساز و... پرهیز
کنید.