

## بیماری انسداد مزمن ریه COPD

حالتی که در آن جریان هوای داخل ریه ها محدود می شود این حالت به طور کامل برگشت پذیر نیست بیماری مزمن انسداد ریه انواع مختلفی از بیماریها 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 وجود داشته باشد اتفاق می افتد
- ❖ بیماری راههای هوایی کوچک : در این بیماری راههای هوایی کوچک تنگ می شود



### چه چیز بیماری ممکن است رخ دهد؟

در مراحل اولیه این بیماری، بیماران اغلب از سرفه و تنگی تنفس هنگام فعالیت شکایت دارند با پیشرفت بیماری و بدتر شدن گرفتگی جریان هوا این علائم با شدت بیشتر و دفعات بیشتر بروز می کند و بیمار دچار خس خس سینه هنگام بازدم و کمبود اکسیژن می شود تنفس های بیمار به سختی و نیاز به تلاش فراوان دارد که سبب خستگی و ضعف شدید بیمار می شود در مراحل

انتهایی بیماری ممکن است به دلیل کمبود اکسیژن رنگ لبها و ناخنهای بیمار سیاه شود و نیاز به اکسیژن کمکی داشته باشد

### علائم بیماری مزمن انسدادی ریه چیست ؟

علائم این بیماری معمولاً در ابتدا بی سر و صدا می باشد و به تدریج پیشرفت می کند

❖ سرفه

❖ خلط

❖ تنگی نفس

❖ عدم تحمل فعالیت فیزیکی

❖ خس خس

❖ احساس فشار روی 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 انسداد ریه می باشد

❖ تماس های شغلی مانند کار در معادن زغال سنگ،

طلا و صنایع منسوجات و پنبه به دلیل در تماس

بودن با گرد و غبار ناشی از آنان از عوامل

خطر ساز انسداد مزمن راههای هوایی می باشند

❖ آلودگی هوای محیط که اهمیت آن کمتر از کشیدن سیگار است

پزشک چگونه بیماری مزمن انسداد ریه را تشخیص می دهد؟

همانطور که پزشک سوالاتی از بیماری می پرسد ممکن است با سمع ریه با گوشی پزشکی با شنیدن صداهای غیرطبیعی ریه پی به بیماری ببرد بیماری به سادگی تشخیص داده نمی شود وجود عکس ساده قفسه سینه و تنفس سنجی بیماری را تایید میکند



بیماری چگونه درمان می شود ؟

❖ درمان دارویی

❖ اکسیژن درمانی

❖ آنتی بیوتیکها

❖ قطع مصرف دخانیات

رژیم غذایی:

❖ مصرف مایعات را افزایش دهید

یامن اسمه دواء و ذکره شفاء



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی  
استان چهارمحال و بختیاری

عنوان :  
بیماری انسدادی مزمن ریه



Email: [kashani@skums.ac.ir](mailto:kashani@skums.ac.ir)

گرد آورنده : حمیده کریمی  
فاطمه آقابابایی  
تایید کننده : دکتر زهرا حبیبی  
کد پمفلت: KH/PE/IN/107  
طراحی و تدوین : واحد آموزش  
بازنگری: اردیبهشت 1402  
زیر نظر واحد آموزش مرکز

❖ 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 با 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 لبهای غنچه شده را انجام دهید

❖ حداقل یک لیوان آب یا آشامیدنی های دیگر بنوشید

❖ افزایش مایعات به رقیق شدن ترشحات ریوی و

سرفه و تخلیه ترشحات کمک می کند

❖ رژیم پرکالری و پر پروتئین و پر ویتامین برای شما

مفید است (نان و غلات حبوبات، گوشت، تخم مرغ

،سوپ و فرنی )

❖ مواد غذایی با وعده های زیاد و حجم کم مصرف

شود

❖ از مصرف فرآورده های شیر که باعث غلیظ شدن

ترشحات می شود اجتناب کنید

در صورت مبتلا بودن به بیماری مزمن انسداد ریه

چه مواردی را باید رعایت کنید

❖ 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 های مثل بخارات که گرد و غبار

گرده گیاهان دود و غیره پرهیز کنید

❖ از دستگاه های تصفیه هوا در خانه و یا تهویه

مطبوع وقتی مواد حساسیت را در هوای موجود

است استفاده کنید

❖ از جاهای شلوغ و از افراد بیماری دوری کنید