



**آمفیزم**

شماره ۷۷

تهیه کننده:  
موسی چهری

## آموزش به مددجو

مجموعه کتابچه های آموزشی ضمن  
خدمت پرستاری  
مرکز آموزشی درمانی امام (رضاع)

### فعالیت

فعالیت محدود خواهد شد، اما تا حدی که قدرتتان اجازه می دهد فعالیت خود را حفظ کنید. عدم فعالیت به مدت طولانی موجب بیشتر شدن ناتوانی خواهد شد.

#### رژیم غذایی

روزانه حداقل ۸ لیوان آب بنوشید. این کار باعث رقیق شدن ترشحات ریوی، و آسان تر شدن تخلیه آنها با سرفه می شود.

در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید.

اگر شما یا یکی از اعضای خانواده علایم آمفیزم را دارید.

اگر یکی از موارد زیر پس از تشخیص رخ دهد:

- تب

- وجود خون در خلط

- افزایش تنگی نفس، یا تنگی نفس بدون سرفه

یا به هنگام استراحت

- درد قفسه سینه

- زیاد شدن، غلیظ شدن، یا تغییر رنگ خلط،

علی رغم درمان

- سیستم تهویه مطبوع فیلتر دار یا کنترل رطوبت در منزل خود نصب کنید.

- هر گونه آلرژی همراه آمفیزم باید درمان شود تا از بدتر شدن آمفیزم جلوگیری شود.

- از قرار گرفتن در معرض تغییرات ناگهانی دما یا رطوبت، حرف زدن با صدای بلند، خندیدن، گریه کردن، یا فعالیت بدنی شدید، در صورتی که باعث بروز حمله های سرفه شوند، خودداری کنید.

- از رفتن به ارتفاعات که هوا در آنجا رقیق است خودداری کنید.

- دندان های خود را مرتب مسواک کنید و نخ دندان بکشید تا احتمال بروز عفونت در دهان کم شود.

- انتهای تخت خود را حدود ۱۲-۱۰ سانتی متر بالا بیاورید. این کار کمک می کند تا ترشحات مخاطی در قسمت های تحتانی ریه جمع نشوند.

- از افرادی که سرفه می کنند یا سرما خوردگی دارند دوری کنید.

- ندرتا ممکن است انجام پیوند ریه مد نظر قرار گیرد.

- آنتی بیوتیک برای مبارزه با پیشگیری از عفونت های ثانویه

- داروهای گشاد کننده نایژه برای رفع اسپاسم لوله های نایژه ای

- واکسن آنفلوآنزا و واکسن ذات البریه

- اکسیژن در مراحل انتهایی

آمفیزم عبارت است از یک بیماری مزمن ریه که طی آن کیسه های هوایی (حبابچه ها) در ریه بیش از اندازه گشاد می شوند و در نتیجه، خاصیت ارتجاعی رشته هایی که کیسه های هوایی را به هنگام تنفس باز و بسته می کنند از بین می رود. این بیماری معمولاً در بزرگسالان و بین سنین ۷۵-۵۵ سال رخ می دهد و در مردان شایع تر از زنان است.

### علامه شایع:

غالباً در مراحل اولیه علامتی وجود ندارد. تنگی نفس که شدت آن تدریجاً طی سال ها زیاد می شود. عفونت های راجعه گاهگاهی در ریه ها یا لوله های نایژه ای، بزرگ شدن قفسه سینه و شبیه شدن آن به بشکه می باشد. و علت اصلی ناشناخته است.

### اما عوامل موثر عبارتند از:

سیگار کشیدن برای سال های متمادی  
آلودگی هوا  
التهاب کیسه های هوایی در ریه ها  
کمبود آرئی آلفا - ۱ - آنتی تریپسین

### عوامل افزایش دهنده خطر:

مشاغلی که نیازمند تنفس مخصوص و با زور هستند مثل شیشه گری یا نواختن یک ساز بادی موسیقی.

بروز عفونت های مکرر تنفسی که باعث کاهش عملکرد بافت ریه می شود.  
آرژی یا سابقه خانوادگی آرژی سابقه آسم یا برونشیت

### پیشگیری:

سیگار نکشیدن  
از بودن در جاهایی که آلودگی هوا زیاد است خودداری کنید.

ورزش در حد متوسط و در هوای تمیز انجام دهید.  
از بروز آنفلوآنزا و ذات الریه با زدن واکسن های مربوطه جلوگیری کنید. از تماس با بیمارانی که دچار عفونت تنفسی هستند خودداری کنید. در صورت بروز عفونت ریه به پزشک مراجعه کنید. پزشک ممکن است آنتی بیوتیک تجویز کند.

### عواقب مورد انتظار

این بیماری را نمی توان معالجه کرد، اما با کنترل علائم می توان پیشرفت و شدت گرفتن بیماری را به تاخیر انداخت. اگر چه آمفیزم امید به زندگی را کاهش می دهد، بسیاری از افراد سال ها با آن زندگی می کنند. بدون درمان، عوارض بیماری ممکن است مرگبار باشند.

### عوارض احتمالی

مستعد بودن نسبت به بروز عفونت های ریه بیماری انسدادی مزمن ریوی (COPD) نارسایی تنفسی یا روی هم خوابیدن ریه نارسایی احتقانی قلب

### درمان اصول کلی

اقدامات تشخیصی ممکن است شامل آزمایش خون و سایر بررسی های آزمایشگاهی، عکس برداری با اشعه ایکس، و آزمون های عملکرد ریه باشند.

- درمان با هدف کاهش علائم، کند کردن پیشرفت بیماری و جلوگیری از بروز عوارض صورت می گیرد.

- نوعی درمان جدید برای درمان آمفیزم ناشی از کمبود آرئی آلفا - ۱ - آنتی تریپسین بسیار نوید بخش است.

- سیگار را ترک کنید. سیگار باعث پیشرفت بیماری می شود حتی اگر درمان صورت گیرد.

- از استنشاق آلاینده های تنفسی خودداری کنید.

- اگر در جایی کار می کنید که آلودگی هوا زیاد است، با اقدامات مختلف سعی کنید از قرار گرفتن در معرض آلودگی اجتناب کنید. در صورت لزوم، شغل خود را عوض کنید.

- به هنگام هشدار در مورد آلودگی هوا، در منزل بمانید.