



آموزش به بیمار

آسم

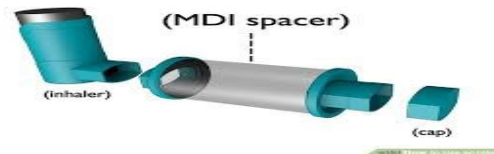


بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزشی سلامت

- اگر به دلیل تنگی نفس در راه رفتن یا صحبت کردن با مشکل روبرو می شوید.
- کبودی صورت، لب ها، نوک انگشتان، طرز استفاده از اسپری را به خوبی یاد بگیرید. چون این داروها در صورتی موثرند که به طور کامل وارد ریه شوند. برای جلوگیری از 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 خردسالی که نمی توانند به خوبی از اسپری استفاده کنند بسیار مفید است.



منبع: www.uptodate.com

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر ، می توانید با کلینیک پرستاری

آموزش سلامت از ساعت ۱۳-۸ تماس حاصل فرمایید .

۰۵۱۳۵۰۷۲۱۷۱

برای اطلاعات بیشتر با تلفن همراه بارکد زیر را اسکن کنید.



درمان:

- داروهایی استنشاقی (اسپری) که برای آسم استفاده می شود به سه گروه تقسیم می شوند:
- ۱- داروهایی که علائم بیماری را کم میکنندو باعث شل شدن عضلات راه های هوایی و گشاد شدن مسیر تنفسی می شود
- ۲- داروهایی که از بروز علائم پیشگیری می کنند. این داروها حدود ۷ تا ۱۴ روز زمان نیاز دارند تا اثرشان شروع شود. بنابراین اثر فوری ندارد.

- ۳- داروهای گشاد کننده راه های هوایی این دسته از داروها باعث کاهش التهاب راه های هوایی می شود.

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.



مددجوی عزیز

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیمارتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات

ذکر شده سلامت خود را بازیابید



آسم بیماری شایعی است که راههای هوایی را درگیر می کند. 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 موثرند؟

علت بروز آسم، التهاب راههای هوایی با منشاء ناشناخته می باشد. این مساله باعث تنگ شدن راه های هوایی می شود به همین دلیل شما دچار خس خس سینه و تنگی نفس می شوید. التهاب همچنین باعث می شود که یک لایه مخاط و ترشح غیرطبیعی در داخل راههای هوایی بوجود آید که خود موجب سرفه شده و به دنبال آن مجاری هوایی مسدود می شود.

عوامل تحریک و شروع مجدد یا تشدید بیماری :

علایم آسم هر چند یکبار عود می کند.

این عوامل عبارتند از:

عفونت ها: سرماخوردگی، سرفه و عفونت های ریوی ذرات معلق و قارچ ها، فصل هایی که گرده و غبار در هوای تنفسی زیاد می شود.

فعالیت های ورزشی: هرچند ورزش برای فردی که آسم دارد بسیار خوب است ولی قبل از شروع باید از اسپری استفاده کرد تا از بروز علائم جلوگیری نمود.

داروها: داروهایی مانند آسپرین، ضد دردهایی مانند بروفن و دیکلوفناک و حتی بعضی از قطره های چشمی که برای درمان آب سیاه استفاده می شود ممکن است باعث تشدید این حالات شود.

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.



دود و غبارهای شیمیایی : بوی رنگ، حلال ها

و آلاینده ها باعث شدید شدن علائم می شود.

عوامل روحی: بیماری آسم به سیستم عصبی ارتباطی ندارد ولی استرس، ناراحتی و یا حتی 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 موثر باشد.

گرد و غبار خانگی: بهتر است رویه های بالش، فرش های پرز دار، عروسک های پنبه ای مرتب شسته شده و یا جمع اوری شوند. برخی از غذاها و یا ادویه جات هم ممکن است

