



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان
بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

آسم و تنگی نفس



شناسنامه ی بروشور آموزشی

عنوان	آسم
تهیه و تنظیم	صبا احمدی
سمت	کارشناس پرستاری
تایید کننده و نظارت	کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	
دکتر حمیدرضا شرکت العباسیه	

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

مراقبت مداوم

پرستاری که با بیمار در بیمارستان، درمانگاه، مدرسه یا محل کار در تماس است از هر فرصتی برای ارزیابی وضعیت تنفسی و توانایی بیمار برای مراقبت از خود جهت پیشگیری از حملات جدی استفاده میکند. پرستار با تبعیت از برنامه درمان، اصول پیشگیری و نیاز برای ملاقاتهای پیگیری با مراقب بهداشت تاکید می کند.

منبع:

پرستاری داخلی جراحی. برونر و سودارت تنفس و تبادلات

گازی

شماره تلفن بیمارستان: ۳۳۳۳۳۶۱۴۲-۸

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۳۸۱۵۶

داخلی اطفال: ۲۵۹۹

وب سایت : rahimi.Lums.ac.ir

مراقبت پرستاری

اگر علائم آسم خفیف هستند بیمار با موفقیت به طور سرپایی درمان میشود. در موقعیت حاد و شدید نیازمند بستری شدن در بیمارستان یا حتی در بخشهای مراقبت ویژه میباشد. بیمار و خانواده اغلب به علت تنگی نفس دچار اضطراب و وحشت میشوند بنابراین ممکن است از جنبه های مهم مراقبت برخورد ملایم با بیمار باشد.

آموزش مراقبت از خود به بیمار

برای کاهش استرس باید عادات سلامتی را در زندگی خود اجرا کنید، از قبیل ورزش منظم، خواب کافی، یاد گرفتن روش های تمدد اعصاب مانند تنفس عمیق مهم میباشد. ترکیب انواع مختلف داروهای استنشاقی و داروهای ضد آلرژی لازمه کنترل طولانی مدت هستند. آموزش به مراقبت دهندگان جهت تعیین نتایج مورد انتظار و تدوین برنامه جهت دستیابی به نتایج و نیز بکارگیری مراقبت های سرپایی برای بیماران و تمرکز روی مراقبت های مداوم و همچنین درمان های حاد مورد توجه می باشد.



بیماری التهابی مزمن از راه های هوایی است که موجب حساسیت بیش از حد راه هوایی، ادم مخاطی و تولید مخاط می شود. در هر سنی ممکن است اتفاق بیفتد ولی بیشتر به عنوان بیماری مزمن دوران کودکی است.

آلرژی مهمترین علت آسم است تماس مزمن با محرک های راه هوایی یا آلرژنها باعث شدت آسم میشود. آلرژنها میتوانند فصلی یا دائمی باشند. عوامل موثر در شروع علائم و نشانه های آسم و حملات آسم در بیماران شامل عوامل محرک راههای تنفسی (عطر، دود، گرما، سرما) فعالیتهای ورزشی استرس و هیجانات عاطفی، سینوزیت با ترشحات پشت حلق، دارو، عفونتهای ویروسی سیستم تنفسی و ریفلاکس معدی به مری میباشد.

علائم

سرفه، تنگی نفس و ویزینگ است. حملات آسم اغلب در شب رخ میدهد. حمله آسم ممکن است به طور ناگهانی شروع شود اما معمولاً با افزایش علائم طی چند روز گذشته آغاز میگردد. سرفه ممکن است با یا بدون خلط وجود داشته باشد و ویزینگ ممکن است ابتدا در بازدم و سپس در دم و بازدم وجود داشته باشد. سفتی قفسه سینه و تنگی نفس به وجود میاید. بازدم نیازمند تلاش زیاد است و طولانی میشود. با پیشرفت حمله هیپوکسمی همراه با سیانوز مرکزی، تعریق، تکیکاردی و پهن شدن فشار نبض ایجاد میگردد. علائم آسم ناشی از فعالیتهای فیزیکی شامل حداکثر علائم در حین ورزش، عدم حضور علائم در شب و گاهی فقط احساس سوزش و قطع تنفس در حین ورزش می باشد.

درمان دارویی

بسته به شدت بیماری نیاز به مصرف دارو در مبتلایان به آسم متغیر است. دارو تنها نقش کنترل علائم را دارد و درمان قطعی دارویی در حال حاضر برای این بیماری وجود ندارد.

برای کنترل علامتی در فاز حاد

بتا-۲ آگونیستهای سریع اثر (مثل سالبوتامول استنشاقی)، آنتی کولینرژیکها (مثل ایپراتروپیوم بروماید استنشاقی) و بندرت آگونیستهای آدرنرژیک مثل اپینفرین استنشاقی

درمان بلند مدت گلوکوکورتیکوئیدهای استنشاقی (مثل بکلومتازون)، آگونیستهای آدرنوسپتور بلند مدت (مثل سالمترو)، آنتاگونیستهای لکوتری ان (مثل مونته لوکاست و زفیرلوکاست) و تثبیت کننده های غشا ماست سل (مثل کرومولین سدیم)

محرک های آسم

اگر محرک های آسم را بشناسید، بهتر می توانید بیماری خود را کنترل کنید. یکی از مهم ترین عوامل محرک آسم، آلرژی می باشد که توسط یک آزمایش خون به سادگی می توانید بفهمید که به چه چیزی آلرژی دارید. قارچ ها و یا کپک های موجود در محل های مخفی خانه مثل لوله های زیر سینک، می تواند یکی از محرک های آسم باشد.

