



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آ.آ.غ

معاونت امور درمان

شبکه بهداشت و درمان خوی

### بیماری انسداد ریوی مزمن



پمفلت آموزشی شماره : ۶۹  
واحد آموزش بیمارستان شهید مدنی  
تلفن تماس: ۲۳- ۳۶۲۵۳۲۲۲  
گروه هدف : عموم مردم



منابع :

آموزش به بیمار - ماری ام . کانابو

### علائم هشدار دهنده بیماری خود را بدانیم؟

- ♦ اگر تب به علائم اضافه شود یا درد قفسه سینه افزایش یابد .
- ♦ اگر در خلط ، خون ظاهر شود .
- ♦ اگر حتی در زمانی که استراحت می کنید یا سرفه ندارید نیز تنگی نفس داشته باشید .
- ♦ در صورت تغییر در وضعیت ذهنی بیمار و یا احساس تنگی در قفسه ی سینه که به درمان دارویی قبلی پاسخ نداده است، بیمار باید سریعاً به مراکز اورژانسی منتقل شود .

## چه غذاهایی نمی توانم بخورم؟

توصیه میشود از مصرف نمک زیاد به دلیل خطر ایجاد ادم وسختی تنفس در بیمار اجتناب شود.

توصیه می شود از مصرف مواد غذایی سنگین وپر چرب اجتناب شود .

توصیه می شود از مصرف زیاد قند های ساده مانند انواع نوشابه ها وچربی های اشباع شده اجتناب شود.

## عوارض بیماری خود را بدانم؟

عفونتهای مکرر، اضطراب ویا افسردگی.

سایر عوارض عبارتنداز: پر فشاری خون ریوی، قلب ریوی (منظور قلبی که در اثر مشکل ریه خود دچار مشکل شده است)، پلی سیتمی (پر خونی) (ثانویه، تشکیل حفره هایی در ریه ونارسایی تنفسی .

## درمان بیماری خود را بدانم ؟

امکان دارد آزمایشات تشخیصی شامل موارد زیر باشند:آزمایش خون، بررسی کار ریه، سی تی اسکن

♦ عکس گرفتن از نایژه ها با ماده حاجب، و عکس قفسه سینه .

♦ اهداف کلی درمان عبارتند از: تخفیف علایم، کند کردن روند پیشرفت بیماری، وجلوگیری از بروز عوارض

♦ درمان در منزل معمولا کافی است، اما اگر عفونت رخ دهدیا علایم بدتر شود امکان دارد بستری کردن در بیمارستان ضروری باشد.

♦ ترک سیگار اهمیت زیادی دارد: از قرار گرفتن در معرض دود سیگار ومواد تحریک کننده نیز اجتناب شود.

♦ نصب سیستم تهویه مطبوع فیلتردار در منزل نیز ممکن است کمک کننده باشد.

♦ وضعیت سلامت نایژه ها را می توان با استنشاق بخار آب، تخلیه نایژه ها به کمک تغییر وضعیت بدن، و فیز یو تراپی مخصوص قفسه سینه بهبود بخشید.

♦ واکسن پنوموواکس (برای پیشگیری از ذات الریه ناشی از باکتری پنو موکوک) وسالانه یک بار واکسن آنفولانزا توصیه می شود.

♦ با پیشرفت بیماری ممکن است نیاز به اکسیژن وجود داشته باشد.

## داروها

داروهای گشاد کننده نایژه تجویز می شوند. اول این درمان امتحان می شود وپس از ارزیابی پاسخ به ان، دوز دارو طوری تنظیم می شود تا اثرات جانبی به حد اقل برسد.

## آنتی بیوتیک ها برای عفونت

در بعضی از بیماران مصرف کورتیکو استروئیدها ممکن است سود مند باشد.

امکان دارد داروهایی برای اضطراب یا افسردگی توصیه شود.

اما این داروها باید با احتیاط مصرف شوند زیرا بیمار نباید زیاده از حد تحت اثرات آرام بخش و خواب آوری این داروها قرار گیرد.

## ♦ چه غذاهایی می توانم بخورم؟

توصیه می شود بیمار حجم وعده های غذایی را کم وتعداد وعده ها را افزایش از منابع غذایی یا مکمل های ویتامین دی ومینیزیم جهت بهبود عملکرد ریوی استفاده نماید. منابع اسیدهای چربی امگا ۳ مانند ماهی نیز جهت بیماری توصیه می شود.