



### تشخیص بیماری انسدادی مزمن ریه

هنگام معاینه بالینی، پزشک با استفاده از گوشی پزشکی به صدای ریه بیمار هنگام تنفس گوش خواهد داد و بر اساس اطلاعاتی که به دست خواهد آورد، ممکن است آزمایش‌هایی را نیز برای تشخیص بهتر بیماری، تجویز کند:

- اسپیرومتری یک تست غیرتهاجمی برای ارزیابی عملکرد ریه‌ها می‌باشد. در این تست بیمار پس از کشیدن یک نفس عمیق، درون یک لوله که به دستگاه اسپیرومتر متصل است می‌دمد تا عملکرد ریوی وی مورد ارزیابی قرار گیرد.
- استفاده از روش‌های تصویربرداری مانند تصویربرداری با اشعه ایکس و CT اسکن نیز در تشخیص COPD موثر می‌باشد. این روش‌های تصویربرداری می‌توانند تصاویر دقیقی را از ریه‌ها، عروق خونی و قلب بیمار تهیه کنند.
- تست آزمایش گاز موجود در خون سرخرگی با استفاده از گرفتن نمونه خون از سیستم شریانی و اندازه‌گیری مقدار اکسیژن، کربن دی‌اکسید و سایر گازهای موجود در آن، انجام می‌شود. این تست‌ها می‌توانند در تشخیص COPD یا سایر بیماری‌های تنفسی، مانند آسم، بیماری‌های مسدودکننده ریه و یا نارسایی‌های قلبی، به پزشکان کمک کنند.

### سایر عوامل موثر در افزایش ریسک ابتلا به بیماری انسداد مزمن

#### ریوی عبارتند از:

- سن
- سابقه خانوادگی
- سابقه عفونت‌های تنفسی درمان نشده در کودکی
- آلودگی هوا
- تماس‌های شغلی (زغال سنگ، پنبه، غلات)
- وزن بالا

#### علائم بالینی بیماری انسداد ریه

این بیماری با سرفه، تولید خلط، تنگی نفس شدید بخصوص در زمان فعالیت، تنفس‌های تند و کوتاه، صداهای اضافه ریوی مثل ویز، تنگی نفس در حین غذا خوردن مشخص می‌شود.

دیگر علائم شامل:

افزایش نیاز به صاف کردن گلو، به خصوص پس از بیدار شدن از خواب در صبح

ابتلا به سرماخوردگی، آنفلوآنزا و سایر عفونت‌های تنفسی به شکل مستمر، کمبود انرژی، درد سینه ای،

در موارد پیشرفته تر می‌تواند علائم زیر بروز دهد:

ضعف و خستگی

تورم پاها (میچ تا قسمت‌های بالاتر)

کاهش وزن

#### در صورت بر خورد با موارد زیر، رسیدگی پزشکی اضطرابی خواهد بود:

تغییر رنگ ناخن‌ها به آبی یا خاکستری، که نشانه کاهش اکسیژن خون می‌باشد.

تنگی نفس شدید به شکلی که قادر به صحبت کردن نباشید.

احساس گیجی، کلافه بودن و یا غش

افزایش ضربان قلب

علائم ممکن است با مصرف دخانیات یا برخورد مستمر با دود حاصل از مصرف این مواد از شدت بیشتری برخوردار باشند.

انسداد حاد ریوی نوعی بیماری است که کارکرد ریه‌ها و دستگاه تنفسی را به شدت مختل می‌کند. در افراد مبتلا به این بیماری، عملکرد ریه‌ها به تدریج کاهش یافته و فرآیند تنفسی و دم و بازدم آنها به اختلال دچار می‌شود. به گونه‌ای که کارهای روزمره و عادی زندگی، مانند نرمش صبحگاهی، قدم زدن، خوابیدن و انجام امور خانه به عذاب‌آور بزرگ و پر دردسر تبدیل می‌شود.

این بیماری یک شبه اتفاق نمی‌افتد، بلکه به تدریج از دهه ۴۰ افراد زندگی آغاز شده و در دهه ۶۰ تا ۷۰ به اوج خود می‌رسد. آسبیبی که این بیماری به دستگاه تنفسی وارد می‌کند، غیر قابل بازگشت و دایمی می‌باشد.

#### علل و منشاء بیماری انسداد مزمن ریوی از کجاست؟

مهمترین عامل ابتلا به بیماری انسداد مزمن ریوی سیگار کشیدن می‌باشد. مصرف سیگار علت ۸۰ تا ۹۰ درصد (موارد) بیماری می‌باشد (حتی افراد سیگاری که در حال حاضر سیگار نمی‌کشند). در برخی از موارد COPD می‌تواند ناشی از یک اختلال مادرزادی باشد.





## بیمارستان فوق تخصصی مدائن



سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

# انسداد مزمن ریوی COPD

واحد آموزش سلامت-۱۴۰۱  
MA-EP-PA-41-01



### تغذیه:

مواد غذایی کم کربوهیدرات و پرپروتئین مصرف کنید.  
تعداد وعده های غذایی خود را افزایش داده، و حجم غذا را کاهش دهید.  
غذا های نفاخ (کلم، بادمجان.....) مصرف نکنید.  
از مصرف چای قهوه، الکل، نوشابه، ادویه، نمک، سیگار و قلیان خودداری نمایید.  
میوه و سبزیجات بیشتری مصرف کنید.  
مایعات بیشتر بنوشید.  
رعایت بهداشت دهان برای شما ضروری است.



منابع: <https://iata.org.ir/>

<https://valeandarou.com/fa/copd>

### بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی مدائن

تهران، خیابان انقلاب، نرسیده به چهارراه ولی عصر، خیابان صبا جنوبی

تلفن: ۶۶۴۶۵۳۵۵

فکس: ۶۶۴۱۰۱۲۱ - کد پستی: ۱۳۱۵۸۵۳۶۳۵

وب سایت: [WWW.MadaenHospital.Com](http://WWW.MadaenHospital.Com)



### اقدامات درمانی:

ترک سیگار موثرترین اقدام برای پیشگیری و کند کردن بیمار است.  
در صورت داشتن افزایش وزن، وزن خود را کم کنید  
واکسیناسیون آنفلوآنزا و به حفظ سلامتی شما کمک می کند.  
در صورت نیاز و طبق توصیه پزشک معالج، اکسیژن درمانی در خانه  
به مقدار ۲-۱ لیتر در دقیقه  
مصرف داروهای تجویزی توسط پزشک معالج مانند اسپری ها،  
آنتی بیوتیک ها

چند توصیه مهم به بیماران مزمن انسداد ریوی:

- خواب و استراحت کافی داشته باشید.
- برای بهبود وضعیت تنفس خود از دم آهسته و بازدم طولانی در حالت خم شده به جلو با لب غنچه ای انجام دهید.
- از قرار گرفتن در محیط های خیلی گرم و خیلی سرد بپرهیزید.
- در صورت قرار گرفتن در محیط های سرد از ماسک صورت و شال گردن استفاده کنید.
- کلیه عوامل استرس زا را از خود دور کنید.
- لازم است اتاق شما تهویه مناسب داشته باشد.
- از مخدرها و مسکن ها استفاده نکنید.
- تمرینات ورزشی ساده را شروع کنید تا عضلات تنفسی شما قوی شود.
- فعالیت های روزانه خود را انجام دهید و سعی کنید این فعالیت ها را افزایش دهید.
- مایعات کافی بنوشید. نوشیدن مایعات باعث رقیق شدن خلط و ترشحات می شود.
- از قرار گرفتن در محیط های شلوغ بپرهیز کنید.
- مراجعات دوره ای منظم به پزشک معالج خود داشته باشید.