

به نام خدا

بیماری انسدادی مزمن ریوی COPD

تعریف : یک بیماری ریوی است که ریه ها آسیب دیده اند و باعث تنفس سخت می شوند در این بیماری راه های هوایی به صورت جزئی گرفته شده و باعث می شود ورود و خروج هوا دچار مشکل شود .

علل :

_ سابقه خانوادگی آلرژی یا بیماری تنفسی

_ سیگار کشیدن یا در تماس های طولانی با دود

سیگار بودن ← مهمترین عامل ایجاد این بیماری

است

_ تماس های شغلی مانند کار در معادن زغال

سنگ و پنبه ، در تماس بودن با گرد و غبار ناشی

از آن

_ آلودگی هوای محیط

علائم :

✓ سرفه های مزمن و طولانی

✓ خلط

✓ تنگی نفس

✓ کبودی رنگ لب و ناخن های بیمار در

مراحل نهایی بیماری

✓ عدم تحمل فعالیت های فیزیکی

✓ خس خس سینه

✓ احساس فشار یا درد روی قفسه سینه

✓ اضطراب و بی قراری به خاطر کمبود

اکسیژن

✓ انگشتان چماقی شکل

✓ قفسه سینه بشکه ای

✓ سردرد، سرگیجه و تحریک پذیری

درمان :

❖ دارو درمانی

❖ اکسیژن درمانی

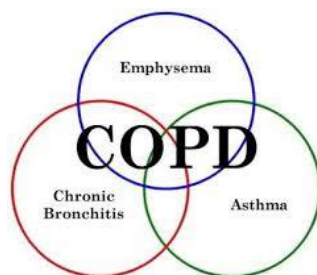
❖ عمل جراحی ریه که شامل دو نوع جراحی

است :

روش اول پیوند ریه می باشد

روش دوم کاستن حجم ریه است در این روش

بافت آسیب دیده ریه برداشته می شود .

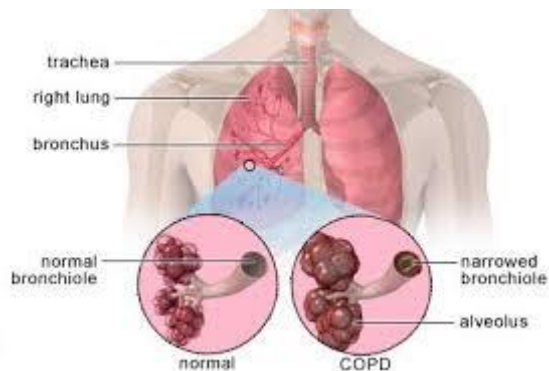




بیمارستان خصوصی گروه پزشکی شمس

بیماری انسدادی مزمن ریوی

COPD



تهیه و تنظیم :

زهرا شهابی کارشناس پرستاری

رباب پذیرش کارشناس بهبود کیفیت

تاریخ تدوین : دی 1396

تاریخ آخرین بازنگری : بهمن 1400

تکنیک تنفسی شامل :

- 1- تنفس لب غنچه ای : در این روش لب ها باید درست مانند سوت زدن مقداری باز باشد و یک دم عمیق از طریق بینی و بازدم از طریق لب ها در وضعیت خم شده به جلو انجام گیرد .
- 2- تنفس دیافراگمی : در این روش به پشت دراز بکشید، زانوهای خود را خم کنید، یک دست خود را بر بالای قفسه سینه و یک دست را روی شکم بگذارید هنگام دم و بازدم قفسه سینه خود را نگه دارید و از معده برای تنفس استفاده کنید .

در صورت بروز علائم زیر به پزشک

مراجعه کنید :

- ✓ تغییر رنگ خلط یا افزایش سرفه
- ✓ افزایش خستگی
- ✓ افزایش تنگی نفس
- ✓ افزایش وزن
- ✓ ورم اندام ها
- ✓ تب

منبع : پرستاری داخلی ، جراحی برونر ، سوذارث
نشر جامعه نگر

مراقبت از خود :

- عدم استعمال سیگار
- متناسب نگه داشتن وزن
- اجتناب از محرک های ریوی : مثل بخار ، گرد و غبار ، گرده گیاهان و ساخت و ساز
- اجتناب از محیط های شلوغ و افراد مبتلا به بیماری
- تزریق واکسن آنفلوانزا هر سال و واکسن ذات الریه هر پنج سال
- استراحت کافی
- فعالیت روزانه یا ورزش کردن که باعث بهبودی عضلات و عملکرد قلب می شود و در نتیجه باعث بهبود تنش در این بیماران می شود .
- مصرف مایعات فراوان به منظور رقیق کردن ترشحات ریوی
- فیزیوتراپی تنفس و تشویق به سرفه
- بخور درمانی
- عدم مصرف الکل، نوشابه، ادویه و ...
- مصرف غذاهای پرکالری، پرپروتئین و عدم مصرف غذاهای نفاخ
- رعایت بهداشت دهان
- استفاده از اسپری طبق نظر پزشک