



مجتمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

آسم چيست

تهیه کننده: مهین خورشیدی

منبع: پرستاری داخلی و جراحی

برونر و سودارت ویراست ۲۰۱۸

بهار ۱۴۰۱

### آسم چيست

آسم یک بیماری مزمن است که باعث التهاب مجاری هوایی منتهی به شش ها می شود با بروز آسم تنفس انسان دچار مشکل شده و بعضی از فعالیت های بدنی دشوار یا حتی غیر ممکن می شود .

به طور طبیعی در هر بار تنفس هوا از طریق بینی وارد گلو شده و از آنجا به داخل مجاری هوایی رفته و در نهایت وارد شش ها می شود . درون شش کیسه های زیادی یا دیواره ی پر از رگ وجود دارد که از طریق آنها اکسیژنی که در هوا وجود دارد وارد جریان خون می شود . علائم آسم زمانی بروز پیدا می کند که مجاری هوایی متورم شده و ماهیچه هایی که در اطرافشان قرار دارد منقبض می شود علاوه بر این مجاری هوایی با ترشحات مخاطی پر می شوند و همین موضوع باعث می شود که هوای کمتری وارد شش ها شود این اتفاقات سبب بروز حملات آسم می شود که با

سرفه های شدید و احساس گرفتگی در قفسه سینه همراه است . حملات آسم معمولاً کوتاه مدت هستند و هر حمله از چند دقیقه تا چند ساعت طول می کشد .

### علائم آسم عبارتند از :

- سرفه ی خشک یا همراه با خلط اندک ( مخصوصاً هنگام خندیدن یا تحرکات شدید )
- خس خس سینه
- تنگی نفس
- احساس فشار در قفسه سینه
- خستگی

ناگفته نماند که علائم آسم بستگی به نوع بیماری دارد هر فردی که به بیماری آسم مبتلا است تمام این علائم را تجربه نمی کند از سوی دیگر داشتن یکی از علائم آسم به این معنی نیست که شما به

این بیماری مبتلا هستید با این حال بهتر است که علائم را جدی بگیرید .

### تشخیص آسم بزرگسالان :

تشخیص آسم بزرگسالان بر اساس شرح حال بیمار معاینه فیزیکی و باعث گرفتن از ابزارهای سنجش عملکرد ریوی صورت می گیرد و علائمی که پزشک معالج به دنبال آن می گردد شامل موارد زیر می باشد :

- وجود بیش از یکی از علائم آسم در بیمار به ویژه اگر علائم یا شرایط زیر همراه باشد :

مکرر و عود کننده باشد ، در شب و اوایل صبح بدتر شود ، با ورزش یا عوامل دیگر مانند سرما ، حیوانات خانگی ، هوای مرطوب ، دود و بوی تند و ... ایجاد و یا بدتر شوند . در شرایط غیر از سرما خوردگی نیز رخ می دهند ، با مصرف بعضی از

داروها مثل اسپرین ، بتابلوکرها مثل پروپرانولول ایجاد یا بدتر می شوند .

- سابقه استعداد بالای آلرژی فردی و خانوادگی وجود داشته باشد ، علائم پس از درمان مناسب ضد آسم برطرف شوند .

### درمان آسم بزرگسالان :

۱- داروهای تسکین دهنده :

این داروها را اصطلاحاً داروی گشاد کننده برونش ( متصل کننده نای به راه هوایی ابتدای شش ) می نامند که به صورت استنشاقی ( اسپری ) مصرف می شود این داروها باعث شل شدن عضلات دیواره ی راه های هوایی شده و جریان هوا را در این مجاری به صورت طبیعی برقرار می سازند .

۲- داروهای پیشگیری کننده :

داروهای پیشگیری کننده آسم با کاهش التهاب در مجاری هوایی باعث کاهش تحریک پذیری آنها می شوند این داروها بر خلاف داروهای تسکین دهنده یا به صورت منظم و معمولاً روزی دوبار مصرف شوند .

۳- داروهای اورژانسی :

در زمان بروز آسم حاد دو روش اورژانسی برای آن در دسترس است : استفاده از مقادیر زیاد داروهای تسکین دهنده ، استفاده از مقادیر زیاد یک داروی ضد التهاب .