

**عوامل مستعد کننده فرد به COPD :**

- ۱- آلودگیهای طولانی مدت هوا
- ۲- عفونتهای تکراری ریه
- ۳- کشیدن سیگار دود و قلیان
- ۴- به دنبال آسمهای مکرر

**درمان :**

یکی از اهداف اصلی در درمان بیماری مزمن انسداد ریوی کاهش دادن مقدار و چسبندگی خلط برای بهبود تهویه ریوی و تبادل گاز است .

- ۱- استنشاق بخور آب بسیار مفید است زیرا خلط را مرطوب و رقیق می کند در نتیجه ترشحات با سهولت بیشتری خارج می شود .
- ۲- قطع کامل استعمال دخانیات که مداوم ترین منع آورده سازی ریه است
- ۳- نوشیدن مقدار زیادی مایعات در روز ۸-۶ لیوان برای رقیق شدن ترشحات

**بیماری انسداد مزمن ریوی****تعریف :**

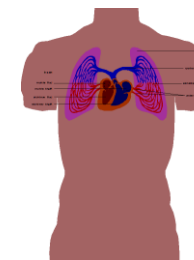
انسداد راه هوایی نوعی تنگی منتشر در راههای هوایی است که مقاومت در برابر عبور هوا را بالا می برد این بیماری از بدو تولد به وجود می آید و با افزایش سن بالا می رود ( معمولاً در سن ۴۰-۶۰ سالگی بیماری انسدادی مزمن ریه حالتی است که در آن جریان هوای داخل ریه ها محدود میشود.

**علائم :**

- ۱- تنگی نفس
- ۲- سرفه های مزمن همراه با خلط زیاد
- ۳- دم مشکل و بازدم مشکل تر
- ۴- بی حسی و بی حالی
- ۵- خواب آلودگی
- ۶- حالت سیاه و کبود شدن به علت کمبود اکسیژن
- ۷- کاهش حافظه



دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
بیمارستان حضرت علی اصغر (ع)

**COPD**  
**(آموزش به بیمار)**

آموزش به بیمار

تمه کننده  
محبوبه خیراتی کارشناس پرستاری

تیر ۹۵

ویرایش اول تابستان ۹۸

ویرایش دوم پاییز ۱۴۰۱

قطع کامل  
استعمال  
دخانیاات که  
مداوم ترین منع  
آزرده سازی ریه



۵

۹- بیمار باید ورزشهایی را برای تقویت قوای جسمانی خود به کار برد مثل قدم زدن دوچرخه سواری استفاده از نوار متحرک

۱۰- رفتن به ارتفاعات بالا موجب تشدید کمبود اکسیژن می شود که باید بیمار از رفتن به ارتفاعات پرهیزد

۱۱- آلوده کننده های هوا مثل : گرد و غبار دود و عطرها ، پودر تالک پنبه ، اسپری ها باعث تنگی برونشها می شود .

۱۲- فعالیت جنسی باید کاهش یابد چون باعث تنگی برونشها می شود .

۱۳- استفاده از داروهای باز کننده برونش و استفاده از داروهای آنتی بیوتیک

منبع : برونر سوارث ۲۰۱۸

تایید کننده : خانم دکتر مریم زمانی متخصص داخلی

۴

۴- از آنجا که مبتلایان به بیماری انسداد ریه استعداد زیادی برای ابتلا به عفونت دارند باید واکسن آنفولانزا دریافت کنند .

۵- در روزهایی که آلودگی هوا یا گرده های گیاهی موجود در هوا از حالت عادی بیشتر هستند . فصل بهار این بیماران بهتر است از منزل خارج نشوند .

۶- در صورتیکه هوای بیرون منزل بسیار گرم و یا بسیار سرد باشد نباید از منزل خارج شوند .

۷- این بیماران باید تنفس سریع و غیر موثر انجام دهند .

۸- بیمار باید از خشم و عصبانیت و افسردگی و رفتار وابسته پرهیزد .

۳