

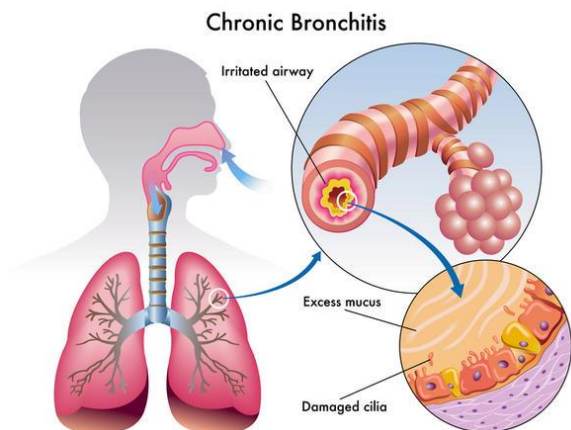


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آرخ

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

برونشیت مزمن

ویژه بیماران و همراهان



واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

تاییدکننده: کارگروه آموزش به بیمار بخش داخلی

کدسند: ۱/۰۰۰۰/Pat Edu Pam/MN-EH

در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید :

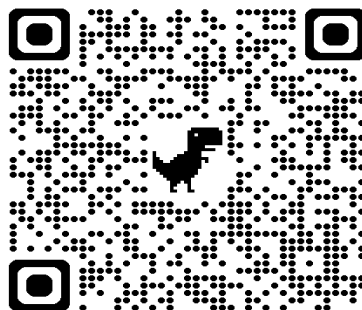
- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علایم برونشیت مزمن را دارید.
- اگر تب یا استفراغ رخ دهد.
- اگر در خلط خون ظاهر شود.
- اگر درد سینه افزایش یابد.
- اگر تنگی نفس حتی در حالت استراحت یا هنگامی که سرفه نمی کنید، وجود داشته باشد.
- اگر خلط علی رغم تلاش برای رقیق کردن آن ضخیم تر شود.

منبع:

برونر سودارت

شماره تماس: ۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۰

شماره داخلی ۱۴۴۶



ب) داروها

- از داروهای ضد سرفه استفاده نکنید؛ این داروها باعث بدتر شدن برونشیت مزمن می شوند.
- آنتی بیوتیک ها برای مبارزه با عفونت مزمن یا مکرر اکسپکتورانت ها برای نرم و رقیق کردن ترشحات
- داروهای گشادکننده نایژه برای باز کردن لوله های نایژه ای
- امکان دارد برحسب مورد، داروهای برای درمان افسردگی یا اضطراب شدید تجویز شوند.

ج) فعالیت :

- هیچ گونه محدودیتی برای آن وجود ندارد. مصرف مایعات را به ۸-۱۰ لیوان آب در روز افزایش دهید تا ترشحات ریوی رقیق تر شوند.

د) رژیم غذایی :

- رژیم غذایی هیچ محدودیتی ندارد. جهت حفظ ضخامت ترشحات ریه روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان آب بنوشید.

برونشیت چیست؟

برونشیت عبارت است از التهاب مزمن و تخریب لوله های نایژه ای ، با یا بدون حضور عفونت فعال . این بیماری به طور شایع با سیگار کشیدن ارتباط دارد.

علل:

تحریک یا عفونت مکرر لوله های نایژه ای ، که موجب می شود لوله های نایژه ای ضخیم شده ، فضای درون آنها که محل عبور هوا است باریکتر شده ، و خاصیت ارتجاعی آنها کاهش یابد. مواد تحریک کننده عبارتند از موارد آلرژی زا، آلودگی هوا و دود سیگار

عوامل افزایش دهنده خطر :

- سیگار کشیدن (بزرگترین عامل خطر)
- هرگونه بیماری ریوی که باعث کاهش مقاومت شده باشد.
- سابقه خانوادگی بیماری سل یا سایر بیماری های دستگاه تنفسی
- قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا
- تغذیه نامناسب
- چاقی
- زندگی در خانوار یا محله شلوغ



پیشگیری :

سیگار نکشید. سیگار کشیدن مهمترین عامل خطری است که می توان از آن اجتناب کرد. از قرار گرفتن در معرض دودها یا بخارات تحریک کننده در محیط خودداری کنید. در صورت بروز عفونت تنفسی ، سریعاً به پزشک خود مراجع

عواقب مورد انتظار :

برونشیت مزمن معمولاً با درمان خوب می شود، اگر سیگاری نباشید و بیماری مزمن زمینه ساز مثل نارسایی احتقانی قلب ، برونشکتازی ، یا بیماری سل نداشته باشید. اگر سیگاری هستید و آن را ترک نکنید، یا مبتلا به یک بیماری مزمن زمینه ساز باشید، برونشیت مزمن معمولاً امید به زندگی را کاهش می دهد.

عوارض احتمالی :

- ذات الریه مکرر
 - بیماری انسدادی مزمن ریه ، که علاج ناپذیر است .
- خصوصیات آن عبارتند از تنگی نفس مزمن ، بنفش شدن لب ها و ناخن ها، و نهایتاً ضرورت استفاده از اکسیژن

درمان :

- بسیاری از بیماری های ریوی و قلبی علایمی مشابه با علایم برونشیت مزمن دارند. با کمک آزمایشات تشخیصی می توان این بیماری ها را رد کرد و به تشخیص رسید.
- با درمان ، بیماری خوب نمی شود، اما علایم بیماری تخفیف یافته و از بروز عوارض جلوگیری می شود. گر در جایی زندگی یا کار می کنید که آلودگی هوا شدید است ، حتی المقدور از آن اجتناب کنید یا آلودگی آن را کاهش دهید. به فکر تغییر شغل و نصب سیستم تهویه مطبوع فیلتردار و با قابلیت کنترل رطوبت در منزل خود باشید.
- سیگار کشیدن را ترک کنید



- از قرار گرفتن در معرض تغییرات دمایی ناگهانی یا هوای سرد و مرطوب خودداری کنید.
- اگر کارهایی مثل فریاد زدن ، بلند خندیدن ، گریه کردن ، و فعالیت بدنی باعث بروز حملات سرفه شوند، از آنها خودداری کنید.
- روش تخلیه نایژه و تنفس عمیق را یاد بگیرید و اجرا کنید.
- زیر پایه های جلویی تخت را در حدود ۱۲/۵ سانتی متر بالا آورید.