



بیمارستان خشمتیه حسینان ناین

آسم در کودکان



واحد آموزش به بیمار

ب- شیبانی نژاد

بهار ۱۳۹۳

کد پمفلت: ۴ / ب / ۹۳

فعالیت این کودکان چگونه باید باشد ؟

در حالت عادی فعالیت عادی باشد اما هنگام حملات آسم از فعالیتهای ورزشی ناگهانی خودداری کنید در صورت وجود حمله آسم در ورزش سنگین بنشینید و استراحت کنید و مقدار کمی آب گرم بنوشید .
درمان با داروهای گشادکننده نایژه ها غالبا از آسم ناشی از ورزش پیشگیری به عمل می آورد.

غذاهایی که ایجاد حساسیت می کنند را مصرف نکنید.
در چه شرایطی به پزشک مراجعه کنید.
در مواردی که دچار حمله آسمی شده اید که به درمان جواب نمی دهد ، این یک اورژانس است
علائم جدید و بدون توجیه داروهای مورد استفاده، در درمان ممکن است عوارض جانبی به همراه داشته باشند .

منبع: درسنامه مرجع پرستاری کودکان ونک

آدرس یات بیمارستان خشمتیه ناین

<http://heshmatieh.mui.ac.ir>

واحد آموزش به بیمار روزهای یکشنبه و سه شنبه

شماره تماس: ۶۳-۶۱-۴۶۲۵۹۰ داخلی ۲۳۵

❖ داروی کورتیزونی داخل رگی (تنها برای موارد اورژانس حملات شدید آسم تحت نظر پزشک) برای کم کردن واکنش آلرژی بدن

❖ استنشاق داروی کورتیزونی با دستگاه ریز قطره ساز: این شکل از مصرف داروهای کورتیزونی عوارض جانبی کمتری نسبت به نوع خوراکی دارند .

❖ آنتی هیستامین ها

❖ با کنترل دقیق بیماری می توان زندگی مؤثر و مفیدی داشت .

❖ اگر مبتلا به آسم هستید احتمال تنگ شدن راه های هوایی همواره وجود دارد . تنگی متناوب راه های هوایی منجر به آسیب دائمی می باشد .

❖

با رعایت شرایط می توان آسم را کنترل

کرد

❖ روان درمانی یا مشاوره : در صورتی که آسم با استرس ارتباط داشته باشد

❖ در زمان هایی از سال که مواد آلرژیک را در محیط فراوان هستند این مواد را در خانه و محیط کار حذف کنید .

❖ داروهای خود را همیشه همراه داشته باشید .

❖ به هنگام حملات بنشینید .

مقدمه

آسم از زبان یونانی گرفته شده که معنی آن تنگی نفس است. آسم یک بیماری مزمن است که در آن تنگی نفس به علت ورم لوله های تنفسی به وجود می آید و اگر این ورم یا التهاب درمان شود تنگی نفس هم از بین میرود.

این بیماری در تمام سنین می تواند وجود داشته باشد اما ۸۰-۹۰ درصد از موارد کودکان زیر ۴-۵ سالگی هستند که در پسرها بیشتر از دخترها دیده میشود.

علل ابتلا به آسم

علل تشدیدکننده یا تسریع کننده حملات آسم

- ۱- خارجی مثل درختان ، بوته ها ، گیاهان هرز گلها، کپک ها، آلودگی هوا
- ۲- داخلی :گرد و خاک ، کپک و آنتی ژن سوسک
- ۳- مواد محرک: دود سیگار . دود چوب ،بوها و اسپری ها
- ۴- داروها ۵- بیماری ها ۶- غذاها مثل آجیل ،شیر و لبنیات ۷- تغییرات محیطی نقل مکان به محیط یا خانه جدید

علائم شامل

مهمترین علامت های آسم ، سرفه خصوصا در شب معمولا همرا با خلط غلیظ شفاف و زرد، خس خس سینه و تنگی نفس است .

البته لازم است هر سه علامت راداشته باشند معمولا در افراد آسمی حملات آسم و تنگی نفس و حملات سرفه در شبها باعث می شود که این بیماران از خواب بیدار شوند .



عوارض احتمالی:

نارسایی تنفسی

وارد شدن هوا به فضای اطراف ریه ها ، عفونت ریه و مشکلات مزمن ریوی در اثر حملات مکرر آسم رخ میدهد در صورتی که درمان انجام نشود حملات شدید ممکن است مرگبار باشد .

پیشگیری

از مواد آلرژی زای شناخته شده و و آلاینده ها دوری کنید. به دنبال عوامل آغازکننده حمله آسم بگردید و از آنها دوری کنید.

علائم را می توان با درمان و پابندی جدی به اقدامات جدی پیشگیرانه کنترل نمود از مصرف اسپرین خودداری کنید .

نرمش های آسوده سازی و شل کننده عضلات و نیز حرکات کمک کننده به تخلیه ترشحات تنفسی را انجام دهید.

درمان

- ❖ یکسری داروها باعث شل شدن عضلات دیواره راه های هوایی می شوند و برخی دیگر از التهاب مجاری هوایی جلوگیری می کنند و یا باعث کاهش یافتن التهاب می شوند. یکسری داروها هر دو کار را باهم انجام می دهند .
- ❖ اکسپکتورانت برای رقیق کردن مجاری هوایی،
- گشاد کردن نایژه برای باز کردن مجاری هوایی .