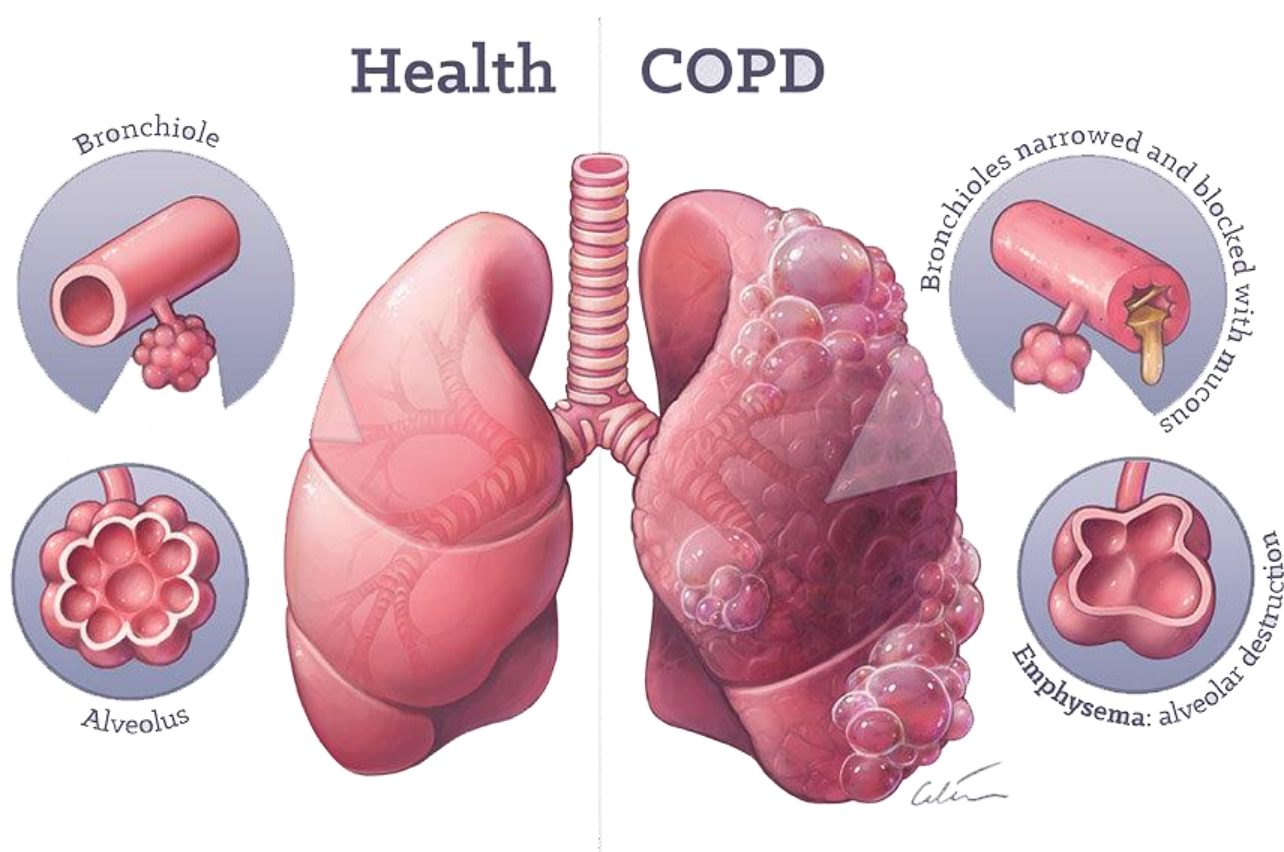


بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD) چیست؟



واحد آموزش و ارتقا سلامت بیمارستان دکتر مسیح دانشوری

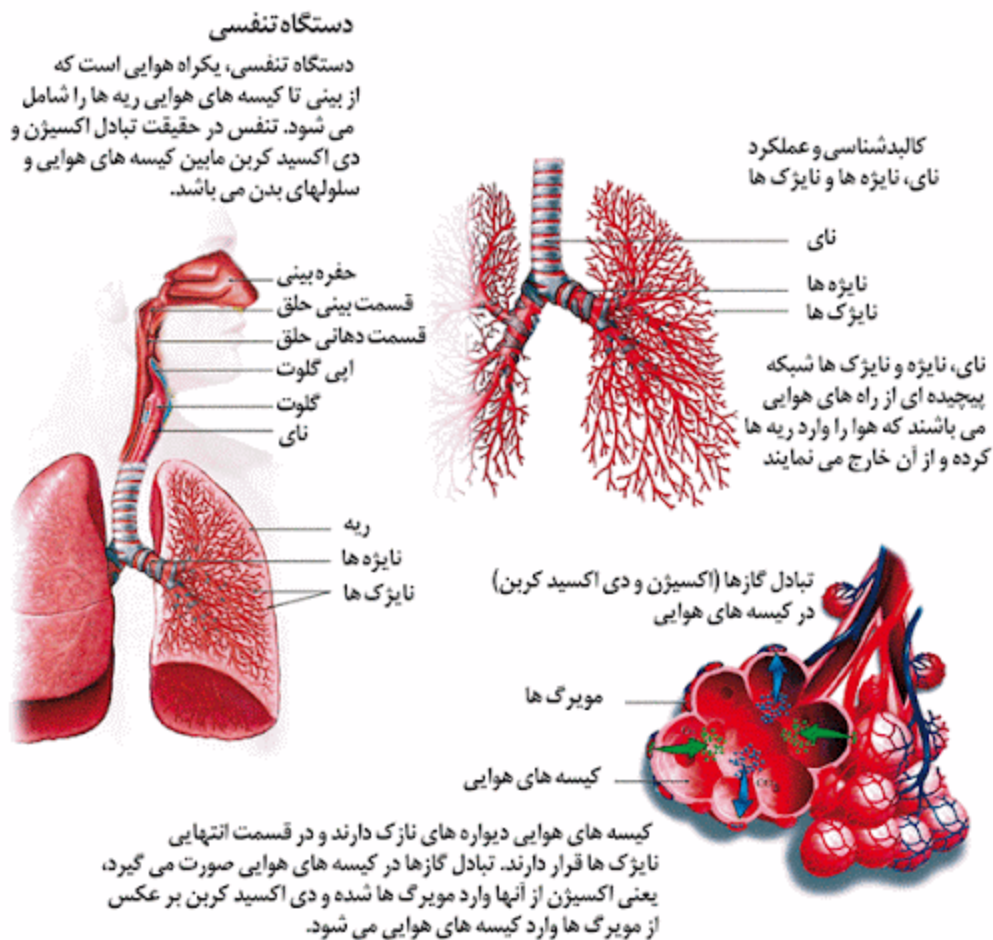
پاییز ۱۴۰۰

🔴 بیماری مزمن انسدادی ریوی (که اغلب "COPD" نامیده می شود) حالتی است که در آن مجاری تنفسی در ریه ها ملتهب و تنگ می شوند و کیسه های هوا آسیب می بینند.

🔴 سیگار کشیدن شایع ترین علت بیماری مزمن انسدادی ریوی است. با آسیب دیدن ریه ها در طول زمان، تنفس به طور فزاینده ای دشوار می شود. هنگامی که آسیب بسیار زیاد است، ممکن است برای ریه ها سخت تر شود که اکسیژن کافی را وارد خون کرده و دی اکسید کربن اضافی را دفع کنند. همه این تغییرات منجر به تنگی نفس و بروز علائم دیگر می شود.

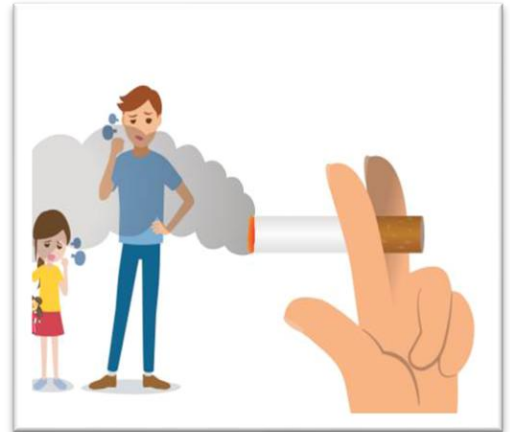
🔴 عبارت بیماری مزمن انسدادی ریوی همچنین شامل برونشیت مزمن (التهاب لوله های برونش، که باعث سرفه مداوم می شود) و آمفیزم (آسیب کیسه های هوا) می شود.

🔴 برای درک چگونگی توسعه بیماری مزمن انسدادی ریوی، درک نحوه عملکرد ریه ها مهم است. به طور معمول، هوایی که تنفس می کنیم از بینی و دهان از طریق مجاری تنفسی به کیسه های هوایی ریوی که "آلوئول" نام دارند، منتقل می شود. در کیسه های هوا، اکسیژن از دیواره های کیسه های هوا وارد جریان خون می شود. دی اکسید کربن در جهت معکوس، از جریان خون خارج شده و به داخل آلوئول ها برمی گردد و سپس با دمیدن خارج می شود.



علل ایجاد کننده بیماری

- مصرف سیگار و سایر دخانیات مثل قلیان، سیگار برگ و پیپ
- تماسهای شغلی خاص مثل کار در معادن و صنایع نساجی
- آلودگی هوا (در داخل خانه به علت تماس با سوخت های فسیلی و یا خارج از خانه به علت آلودگی مناطق شهری)
- تماس غیر فعال با سیگار (قرار گرفتن در معرض دود سیگار، قلیان...)



دلایل انسداد جریان هوا

- هر بیماری ای که با خروج هوا از ریه ها تداخل داشته باشد می تواند منجر به بیماری مزمن انسدادی ریوی شود.
- اکثر افراد مبتلا به بیماری مزمن انسدادی ریوی، برونشیت مزمن و آمفیزم دارند.
- برونشیت مزمن اصطلاحی است برای توصیف افرادی که دارای سرفه مزمن (طولانی مدت) هستند و خلط تولید می کند، این حالت ناشی از التهاب برونش است. برونشیت مزمن می تواند مجاری تنفسی را زخم کرده و جریان هوا را کاهش دهد.
- آمفیزم اصطلاحی است که برای توصیف آسیب های هوایی در ریه استفاده می شود. این آسیب نیز می تواند جریان هوا را محدود کند.

علائم بالینی

در مراحل ابتدایی بیماری، علائم بیماری واضح نیستند. به نحوی که ممکن است هنوز علائم دارای اهمیت توسط شما احساس نگردد. با پیشرفت بیماری علائم بدتر می شوند. این علائم عبارتند از :
سرفه، خلط، تنگی نفس و خس خس سینه



سرفه: در بسیاری از موارد اولین علامت بیماری سرفه مزمن (طولانی مدت) است، که به ویژه در فصل سرد سال تشدید می شود. هر چند سرفه معمولاً با خلط همراه است اما ممکن است سرفه خشک باشد. سرفه ممکن است صبحگاهی باشد و یا در طول روز ادامه یابد.



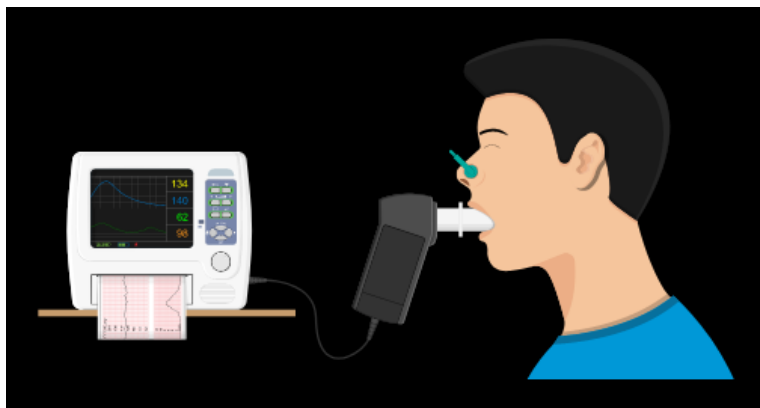
خلط: خلط می تواند سفید و یا غلیظ باشد، صبحگاهی و یا در طول روز باشد. در دوره های تشدید بیماری معمولاً خلط افزایش یافته و غلیظ می شود.



تنگی نفس: با پیشرفت بیماری معمولاً تنگی نفس بروز می کند، این تنگی نفس در ابتدا در فعالیت ایجاد می شود و در حالت استراحت از بین می رود، اما با گذر زمان و پیشرفت بیماری، در استراحت هم تنگی نفس ایجاد می شود.

تست های تشخیصی

اگر پزشک شما مشکوک است که شما ممکن است بر اساس علائم و سابقه خود بیماری مزمن انسدادی ریوی داشته باشید، آزمایش های تنفسی که به آن آزمایش های عملکرد ریوی می گویند را انجام خواهد داد.



آزمایشات عملکرد ریوی

در طول اسپیرومتری، یک نفس عمیق می کشید و سپس با شدت و به همان سرعتی که می توانید هوا را وارد لوله ای می کنید که به دستگاهی به نام اسپیرومتر متصل است. اسپیرومتر میزان سرعت و میزان هوای خارج شده از ریه ها را اندازه گیری می کند.

افراد مبتلا به بیماری مزمن انسدادی ریوی به دلیل التهاب و تنگ شدن مجاری تنفسی، هوا را دیرتر بیرون می دهند. اگر اندازه گیری غیر طبیعی باشد، گام بعدی این است که بعد از استفاده از برونکودیلاتور (که یک نوع اسپری استنشاقی است)، آزمایش را تکرار کنید. برونکودیلاتور دارویی است که از طریق اسپری استنشاقی تنفس می کنید و به گشاد شدن مجاری تنفسی کمک می کند. در برخی موارد، ممکن است پزشک از شما بخواهد آزمایش را در زمان دیگری برای تأیید تشخیص تکرار کنید. سپس، با گذشت زمان، اسپیرومتری به طور منظم تکرار می شود تا بیماری شما را تحت نظر داشته باشد و نحوه عملکرد درمان ها را ارزیابی کند. در برخی موارد پزشک آزمایش های دیگری برای بررسی عملکرد ریوی، توصیه می کند.

پالس اکسی متری



این آزمایش میزان اکسیژن خون را با استفاده از وسیله ای به نام پالس اکسیمتر که روی انگشت چسبانده می شود، اندازه گیری می کند. میزان اکسیژن خون به طور معمول در حالت استراحت اندازه گیری می شود و همچنین می تواند در حین ورزش، مانند زمانی که در حال راه رفتن روی زمین هموار یا بالا رفتن از پله ها هستید، بررسی شود.

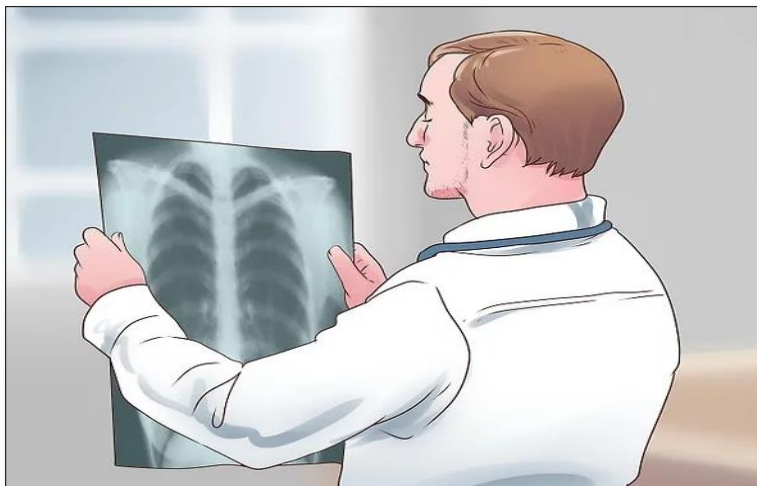
هنگامی که اشباع اکسیژن ۸۸ درصد یا کمتر در حالت استراحت باشد، معمولاً اکسیژن مکمل تجویز می شود.

🏃 تست های ورزش



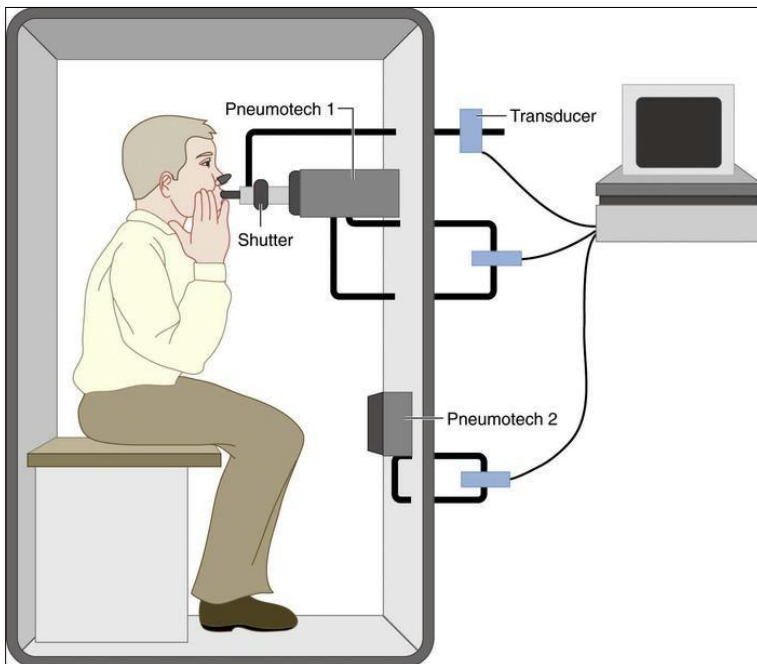
انواع مختلفی از تست های ورزشی وجود دارد. ساده ترین راه این است که تعیین شود، چقدر می توانید در ۶ دقیقه راه بروید. در این آزمایش معمولاً علاوه بر مسافت طی شده، نبض، وضعیت تنفس و اکسی متری خون اندازه گیری می شود. سایر آزمایشات شامل، پایش عملکرد ریه و قلب در حین ورزش های شدیدتر مانند دوچرخه یا تردمیل است.

🏥 آزمایشات تصویربرداری



پزشک ممکن است آزمایش تصویربرداری مانند عکس ساده قفسه سینه یا اسکن توموگرافی کامپیوتری (سی تی اسکن) را توصیه کند. به طور کلی، برای تشخیص بیماری الزامی به انجام آزمایشات تصویربرداری نیست ولی گاهی برای تفکیک بیماری COPD از سایر بیماری ها انجام می شود.

🏠 پلتیسموگرافی بدن (Body Box)



این آزمایش میزان هوای ریه ها و همچنین میزان تنفس در ریه ها را اندازه گیری می کند. نتایج نشان می دهد که آیا ریه های شما بزرگ یا کوچک، سفت یا شل شده و یا پر از هوای به دام افتاده است. همچنین نشان می دهد که آیا فضای کافی در ریه های خود دارید تا بتوانید هنگام ورزش یا سرفه عمیق تر نفس بکشید. برای این آزمایش شما در یک اتاقک شفاف می نشینید و از داخل یک دهانی نفس می کشید.