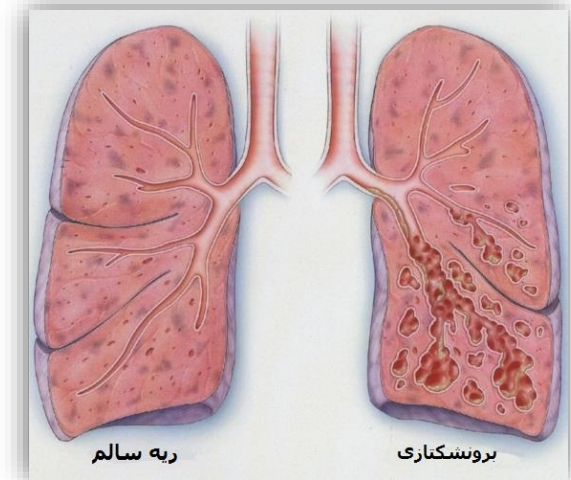


❖ شرح بیماری

برونشکتازی عبارت است از یک نوع بیماری ریوی که در آن لوله های نایژه ای به طور مزمن بسته و ترشحات در آنها جمع می شود. عفونت ثانویه در این بیماری به دفعات رخ می دهد. این بیماری مسری نیست مگر اینکه بیماری سل نیز همراه آن وجود داشته باشد.



❖ علائم

- سرفه مکرر همراه با خلط بد بو، سبز یا زرد (گاهی رگه های خون نیز در خلط دیده می شود).
- عفونت مکرر ریه، تنگی نفس، نفس بدبو
- احساس ناخوشی عمومی
- خستگی مکرر، کم خونی (شایع است)

❖ علل شایع

- سیگار کشیدن
- عفونت های ریوی مکرر، برونشیت مزمن
- آلرژی ها
- دود یا گرد و غبار، استنشاق یک جسم خارجی
- بیماری سل، سرطان یا آبسه ریه، عفونت قارچی

❖ عوامل خطر

- سیگار کشیدن
- تغذیه نامناسب
- چاقی
- سابقه خانوادگی بیماری سل
- خستگی یا کار زیاد
- قرار گرفتن در معرض مواد آلرژی زا
- هوای سرد و مرطوب

❖ عوارض احتمالی

- بیماری انسدادی مزمن ریه
- ذات الریه مکرر
- تخریب بافت ریه

❖ تشخیص

- کشت خلط
- تست های عملکرد ریوی

سی. تی. اسکن قفسه سینه

تصویربرداری با اشعه ایکس از قفسه سینه

- **تست پوستی توبرکولین:** جهت تعیین وجود عفونت
- حاصل از باسیل سل در بیمار
- آزمایش خون
- روشی برای بررسی عکس العمل های آلرژیک (حساسیتی)
- نسبت به قارچ ها
- آزمون های ژنتیکی از جمله تست عرق که از طریق نمونه برداری عرق و آزمایش محتویات آن صورت می گیرد.

❖ درمان

- هدف درمان کنترل عفونت و خلط و باز کردن مجرای تنفسی جهت کمک به تنفس می باشد.
- خارج کردن روزانه خلط ها یکی از روش های درمانی محسوب می شود. پزشک مربوطه شیوه انجام این کار را به شما آموزش می دهد.
- در برخی مواقع در صورت خونریزی شدید و بهتر نشدن علائم از طریق مصرف داروها، عمل جراحی برای درآوردن نواحی آسیب دیده در ریه صورت می گیرد.

❖ فعالیت

تا حد امکان فعالیت خود را حفظ کنید.

❖ رژیم غذایی

- ❖ مایعات بیشتر بنوشید . روزانه حداقل ۸ لیوان آب بنوشید.
- این کار موجب رقیق شدن ترشحات و آسان تر شدن تخلیه آن‌ها با سرفه می‌شود.
- ❖ رژیم غذایی سرشار از انواع میوه‌جات و سبزیجات داشته باشید.
- ❖ مصرف انواع غلات سبوس دار را افزایش دهید.
- ❖ از لبنیات کم‌چرب در رژیم غذایی خود استفاده کنید.
- ❖ مواد غنی از پروتئین مانند گوشت کم چرب، گوشت مرغ و دیگر پرندگان بدون پوست ، محصولات فرآوری شده سویا ، حبوبات ، نخود آجیل و انواع دانه‌ها را مصرف کنید . تا جای ممکن گوشت مرغ را جایگزین گوشت قرمز کنید .
- ❖ مصرف نمک را محدود کنید.
- ❖ از مصرف اسیدهای چرب مضر موجود در روغن‌های جامد خودداری کنید.
- ❖ مصرف غلات فراوری یا تصویه شده را کاهش دهید و سعی کنید از انواع غلات کامل مانند جو دو سر، برنج قهوه‌ای ، گندم کامل یا محصولات تهیه شده از غلات کامل مانند نان سبوس‌دار، نان جو استفاده کنید.

❖ دارو

آنتی‌بیوتیک برای ده روز ماهانه ، در صورتی که عفونت باکتریایی باعث برونشکتازی شده باشد ، یا موجب بروز ذات‌الریه یا برونشیت حاد شده باشد

داروهای گشادکننده نایژه برای گشاد کردن راه‌های هوایی
اکسپکتورانت برای رقیق و نرم کردن ترشحات

❖ مراقبت

در صورت بروز عفونت ریوی حتماً به پزشک مراجعه کنید.
روش تخلیه ترشحات و خلط را با استفاده از تغییر وضعیت بدن فرا بگیرید و این کار را روزانه دو بار انجام دهید.
زیر پایه های جلویی تخت را ۷/۵-۱۲/۵ سانتیمتر بالا بیاورید تا ترشحات مخاطی در لوب های تحتانی ریه‌ها جمع نشوند.
اگر کارهایی چون فریاد زدن، خندیدن با صدای بلند، گریه کردن، فعالیت شدید ، یا تغییرات ناگهانی دمای محیط موجب بروز حملات سرفه شوند ، از آن‌ها اجتناب کنید.

❖ در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- ★ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علائم برونشکتازی را دارید.
- ★ اگر پس از تشخیص ، دچار علائم عفونت ریوی یا برونشیت شده‌اید . این علائم شامل:
- ★ تب، خلط خونی، غلیظ‌تر شدن خلط علی‌رغم درمان، تغییر رنگ یا دیگر خصوصیات خلط
- ★ افزایش درد سینه ، بروز تنگی نفس بدون سرفه یا در زمان استراحت

تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقای سلامت بیمارستان مهراد