

## آسم

آسم یک بیماری است که در آن راه های تنفسی شما تنگ و متورم شده و بیش از اندازه مخاط تولید میکند. این امر سبب بوجود آمدن مشکلات تنفسی، سرفه، تنفس صدادار و تنگی نفس خواهد شد. برای بعضی از افراد آسم مشکل کوچکی است ولی برای بعضی دیگر مشکل بزرگی محسوب میشود که با فعالیتهای روزمره تداخل می کند و ممکن است به حملات آسم منجر شود. این امر میتواند برای زندگی فرد تهدید آمیز باشد. آسم به طور کامل درمان نمیشود اما علائم آن را می توان تا حدی کنترل کرد از آنجایی که آسم با گذشت زمان تغییر میکند، این مهم است که بتوانید نشانه ها و علائم بیماریتان را به همراه دکتרתان پی گیری کرده و درمان مورد نیاز خود را تنظیم کنید.

علائم آسم:

تنگی نفس

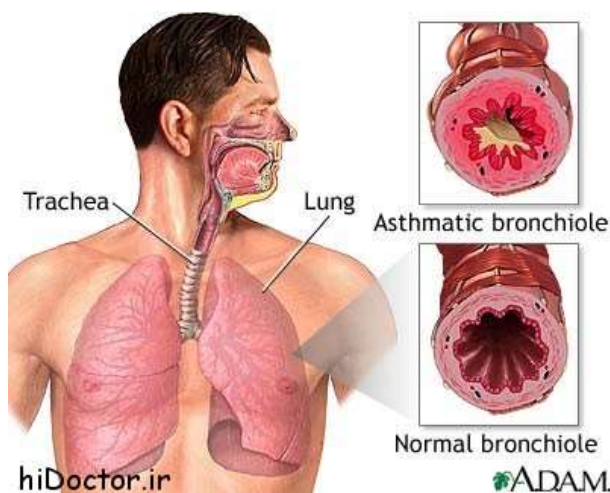
تنگی قفسه سینه یا درد

تنفس صوت مانند یا صدادار هنگام بازدم

خواب ناراحت که ناشی از تنگی نفس، سرفه یا تنفس صدا دار است

حملات سرفه یا خس خس سینه که با ویروس های تنفسی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا بدتر میشود.

چگونگی ارائه مراقبت پرستاری فوری برای بیماران مبتلا به آسم به شدت علائم آنها بستگی دارد معمولاً بیمار و خانواده به دلیل دیسپنه بسیار مضطرب و ترسیده هستند. به همین دلیل آغاز يك روش ملایم و آرام در برخورد با بیمار یکی از ابعاد مهم در مراقبت از این بیماران است.



۱) بررسی وضعیت تنفسی و شدت علائم ناشی از آسم (مثل صداهای تنفسی، پالس اکسی متری، علائم حیاتی)

۲) بررسی سابقه ی حساسیت دارویی

۳) تهیه ی تاریخچه ی پزشکی و دارویی

۴) داروها را طبق دستور به بیمار بدهید و پاسخ بیمار را به درمان بررسی کنید اگر بیمار عفونت تنفسی داشته باشد ممکن است آنتی بیوتیک به بیمار داده شود.

**آموزشهای حین بستری و ترخیص:**

- مصرف مایعات در صورت دهیدراته بودن
- آموزش به بیمار و خانواده در رابطه با آسم (التهاب مزمن)، هدف و عملکرد داروها، مواردی که بایستی اجتناب شوند و همچنین نحوه‌ی تنفس درست.
- تاکید به انجام دقیق درمان تجویزی، اقدامات پیشگیرانه و نیاز به پیگیری
- ارجاع به پرستار بهداشت جامعه در صورت نیاز
- بررسی منزل برای بررسی آلرژن‌ها
- ارجاع بیمار به گروه‌های حمایتی جامعه
- تشویق بیمار به حفظ بهداشت فیزیکی و روانی خوب زیرا حملات ممکن است ناشی از این موارد باشد.



- تشویق بیمار جهت انجام واکسیناسیون برای آنفلوآنزا و پنومونی
- آموزش بیمار در مورد اجتناب از گرما و سرما شدید و آلاینده‌های هوا (مثلاً دود، گرد و غبار، غبار ذرات معلق) ارتفاع و بودن در مکان‌هایی که هیپوکسی را تشدید می‌کند. بیمار باید از استرس دور باشد و سیگار کشیدن را ترک نماید.

تهیه و تنظیم : تیم آموزش سلامت بیمارستان بهار ۱۴۰۲  
فهرست منابع:

- پرستاری داخلی و جراحی برونر سوارث
- سایت ویکی پدیا دانشنامه آزاد
- دانشنامه رشد
- [www.ir.Teb.com](http://www.ir.Teb.com)

وبسایت بیمارستان: [Www.alihospital.ir](http://Www.alihospital.ir)