

آسم شایعترین بیماری مزمن دوران کودکی در کشورهای صنعتی است. آسم یک بیماری التهابی راه هوایی است که در اثر عفونتهای ویروسی، مواد محرک مانند استنشام گرد و غبار، دود سیگار، آلرژی ها و فعالیتهای بدنی ایجاد می شود. که بعد از تماس با این مواد راه های هوایی دچار تورم شده و ترشحات ریه افزایش می یابد.

### علائم آسم:

علائم آسم شامل سرفه، خس خس سینه، تنگی نفس، تنفس سریع و احساس فشار در قفسه سینه می باشد. از علائم دیگر بیماری می توان به تعریق، بی قراری، عدم توانایی در صحبت کردن، نبض سریع اشاره کرد.

### تشخیص:

برای تشخیص این بیماری باید تاریخچه بیمار اعم از عوامل تشدید کننده علائم، عفونتهای ویروسی، تماس با ماده محرک و همچنین معاینه قفسه سینه مورد بررسی قرار گیرد.

برای تایید تشخیص می توان از تست حساسیت پوستی اسپرومتری و گاهی اوقات عکس قفسه سینه استفاده کرد.

### درمان:

هدف از درمان پیشگیری از رویداد های حاد، کنترل حداکثر علائم و ارتقاء رشد و تکامل است.

مصرف داروهای نظیر داروهای گشاد کننده برونش و استروئیدها طبق دستور پزشک در درمان موثر است. در بسیاری موارد داروهای استنشاقی برای کنترل آسم به کودک داده می شود.

بسیاری از حملات آسم در منزل به طور موفقیت آمیزی کنترل می شود ولی گاهی اوقات این بیماری به روشهای درمانی پاسخ کافی نمی دهد و ممکن است نیازمند بستری در بیمارستان باشد.

### برای پیشگیری از حملات آسم باید:

۱- علت تشدید علائم آسم را شناسایی کرده و عواملی که باعث این بیماری می شود از محیط حذف کرد.

۲- از کشیدن سیگار در نزدیکی کودک خود داری کنید.  
۳- بعضی افراد نسبت به یکسری موارد مانند عطر، اسپری، بوی گلها حساسیت بیشتری دارند که با کنترل محیط می توان علائم را کم نمود.

۴- مبتلا به آسم نسبت به حیوانات حساسیت دارند از نگهداری حیوانات خانگی در منزل خود داری شود.

۵- از انجام ورزش و فعالیت سنگین خود داری شود.

۶- مدرسه را در جریان مشکل کودک قرار دهید



### اقداماتی که به هنگام حمله آسم باید انجام داد

#### شامل:

در تمام مراحل حمله آسم آرامش خود را حفظ کنید. به این دلیل که تنشهای عاطفی وضعیت را بدتر می کند



## دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان قلب الزهرا (س) و کودکان شهید حجازی

کد : ۰۳ - ۶۴ - EP-PA

آسم

تهیه کننده : زهرا برزافشان کارشناس پرستاری

ناظر کیفی : آرزو چایچی کارشناس ارشد پرستاری

پاییز ۱۴۰۰

منبع : پرستاری کودکان وونگ ۲۰۱۹ ( جلد دوم کودک بیمار )



در مرحله بعد به آرامی نفس کشیده شود و همزمان اسپری کاملا فشار داده شود.

مددجو باید نفس را برای چند ثانیه نگه دارد سپس هوا را با لبان غنچه شده به آرامی بیرون دهد.

در مرحله آخر چند بار به طور عادی نفس کشیده شود و سپس مراحل فوق تکرار شود.

حداقل فاصله زمانی بین دو بار استفاده مکرر از استنشاق کننده های دستی ۳ تا ۵ دقیقه می باشد.

به هنگام اسپری کردن چشمان مددجو بسته نگه داشته شود.

بعد از استنشاق دارو دهان خود را بشوید تا جذب عمومی دارو کاهش یابد.



کودک را در وضعیت نیمه نشسته قرار دهید تا عمل بازدم راحت تر صورت گیرد .

داروهای استنشاقی را طبق دستور پزشک به او بدهید و بعد از استفاده دهان کودک را بشوئید.

بعد از انجام این مراحل در صورتیکه بهبودی در کودک ایجاد نشد او را به نزدیکترین مرکز درمانی ارجاع دهید

## جهت استفاده از اسپری باید بترتیب زیر عمل کرد:

اسپری به مدت ۳ تا ۵ ثانیه تکان داده شود.

اسپری بصورت وارونه و به اندازه ۲ انگشت فاصله

( حدود ۴ سانتی متر ) در برابر دهان فرد نگه

داشته شود . نباید زیاد به دهان نزدیک و یا وارد دهان شود.

مخزن دارو بطور مستقیم نگه داشته شود.

ابتدا یک بازدم عمیق داشته باشد.