

والدین کودک مبتلا به آسم باید موارد

زیر را در نظر بگیرند:

- کودک خود را در معرض دود سیگار و دخانیات قرار ندهید.
- از بالش حاوی پر، پشم و کرک اجتناب کنید.
- در صورت امکان از قالی و موکت به عنوان کف پوش استفاده نکنید و به جای آن از کف پوش پارکت یا سرامیک استفاده کنید.
- در فصول گرد افشانی پنجره ها را بسته نگه دارید.
- در صورت امکان از تهویه استفاده کنید.
- از قرار گرفتن در معرض هوای سرد خودداری کنید.
- از قطع ناگهانی داروی خود خودداری کنید.
- داروهای تجویز شده را به موقع و به میزان صحیح به فرزندتان بدهید.

در صورتیکه طبق دستور پزشک از اسپری های دارویی حاوی گشاد کننده های برونش و استروئیدی استفاده می کنید باید به روش زیر عمل کنید:

ابتدا اسپری را تکان داده و به دمیار متصل می کنیم و آنرا روی دهان و بینی کودک خود قرار می دهیم به ازای هر پاف ۱۵ ثانیه دمیار را در همان حالت قرار می دهیم و از کودک می خواهیم که هوای داخل دمیار را تنفس کند گریه کودک منعی برای انجام این کار نمی باشد.

در صورتی که کودک شما در بیمارستان بستری می باشد سه روز بعد از ترخیص از اسپری استفاده کرده و حتما به پزشک معالج یا درمانگاه تخصصی بیمارستان مراجعه کنید تا در مورد ادامه درمان تصمیم گیری شود.



راهنمای خود مراقبتی آسم آلرژیک



کد محتوا: ۱۱

تهیه و تنظیم :

واحد بهبود کیفیت

کارگروه آموزش به بیمار

تابستان ۹۷

آسم آلرژیک

یک بیماری التهابی مزمن راه هوایی است که به دنبال آن راه هوایی تنگ شده و نفش کشیدن برای فرد مشکل می شود.

دو نوع آسم آلرژیک و غیر آلرژیک داریم.

علل بروز آسم :

مجاری هوایی افراد به برخی چیزها که محرک نامیده می شود بسیار حساس است و قرار گرفتن در معرض این محرک ها موجب بروز علائم آسم می شود.



برخی از متداول ترین محرک ها عبارتند از:

- ❖ دود دخانیات
- ❖ هوای سرد
- ❖ گرد و خاک و گرده گیاهان
- ❖ مواد غذایی خاص مثل پفک ، چیپس و تنقلات آلرژی زا
- ❖ ورزش های سنگین
- ❖ تحرک های روانی مثل خشم و اضطراب حتی خوشحالی زیاد

تظاهرات بالینی آسم آلرژیک:

سرفه

خس خس سینه

تنگی نفس

افزایش تعداد تنفس

احساس فشردگی در جدار قفسه سینه

تولید خلط

در حملات طول کشیده آسم کبود شدن ،

دل درد و خستگی زیاد بروز می کند.

