

مركز مكة الطبي
Makkah Medical Center

الانسداد الرئوي المزمن

COPD

ما هو التهاب الشعب الهوائية المزمن

هو مرض يصيب الرئتين ويجعل التنفس صعبا حيث تضيق الممرات الهوائية وتمتلئ بالمخاط وقد يحدث تلف في الحويصلات الهوائية مما يسبب الشعور بالتعب وضيق التنفس
المرض لا يشفى تماما وقد يزداد سوءا مع مرور الوقت لكن بعض العلاجات تساعد على التخفيف من الأعراض

What is COPD?

COPD is a lung disease that makes it hard to breathe
In people with COPD the airways become narrow and can be clogged with mucus
The air sacs in the lungs can also become damaged
This makes people feel short of breath and tired
COPD can be a serious illness
It cannot be cured and can get worse over time
But treatments can help

الأسباب

- التدخين هو السبب الأكثر شيوعا
- استنشاق الأبخرة أو الغازات السامة
- في حالات نادرة يكون السبب وراثيا ويمكن التأكد من ذلك بفحص الدم

الأعراض

- ضيق في التنفس خاصة أثناء الحركة
- أزيز عند التنفس
- سعال مصحوب ببلغم
- قابلية أعلى للإصابة بالعدوى مثل الالتهاب الرئوي
- زيادة خطر الإصابة بسرطان الرئة أو مشكلات القلب

What causes COPD?

- The most common cause is smoking
- Other causes include exposure to toxic fumes or gases
- In rare cases COPD is caused by a genetic problem a blood test can check for this condition

What are the symptoms of COPD?

- Shortness of breath especially during activity
- Wheezing
- Coughing and spitting up mucus
- People with COPD are also at increased risk for
- Lung infections like pneumonia
- Lung cancer
- Heart problems

التشخيص

- يتم إجراء اختبار قياس التنفس حيث يُطلب منك أن تأخذ نفسا عميقا ثم تزفر بأقصى قوة في جهاز خاص
- يتم تكرار الاختبار بعد استخدام جهاز الاستنشاق لمعرفة ما إذا كانت المشكلة ناتجة عن الربو أو مرض الانسداد الرئوي المزمن
- اختبارات أخرى تشمل فحص الدم لتحديد نقص مضاد التريبسين
- تصوير الصدر بالأشعة
- تخطيط القلب الكهربائي

العلاج

الأكسجين

قد يحتاج بعض المرضى إلى الأكسجين حسب مستوى التشبع في الدم

الأدوية

يستخدم معظم الأشخاص أجهزة استنشاق تعمل على توسيع الشعب الهوائية أو تقليل التورم، في بعض الحالات يتم إعطاء دواءستيرويدي على شكل أقراص لعلاج اشتداد الأعراض

الجراحة أو الصمامات

في بعض الحالات النادرة قد يتم إجراء جراحة لإزالة الأجزاء المتضررة من الرئة كما يمكن وضع صمامات صغيرة داخل القصبة لتحسين التنفس

إعادة التأهيل الرئوي

يتم فيها تعلم تمارين التنفس والحركة بشكل مناسب للمساعدة على تحسين الأعراض

What causes COPD?

- Yes your doctor might order
- A blood test to check for genetic causes like alpha- antitrypsin deficiency
- A chest X-ray
- An ECG to check heart function
- A low dose CT scan to screen for lung cancer

How is COPD treated?

Medicines

Inhalers to open airways or reduce swelling
Sometimes multiple inhalers are needed
Steroid pills may be used during a flare
when symptoms suddenly worsen

Oxygen

You may need oxygen if your levels are low
Your doctor will check your blood oxygen
level

Pulmonary rehab

You learn exercises and breathing
techniques to help ease symptoms
Staying active also helps

Surgery or endobronchial valves

Inhalers to open airways or reduce swelling
Sometimes multiple inhalers are needed
Steroid pills may be used during a flare
when symptoms suddenly worsen

ما يمكنك فعله بنفسك

- الإقلاع عن التدخين يعد أهم خطوة لتحسين حالتك
- تجنب المحفزات مثل التلوث أو الغبار أو الأدخنة
- أخذ لقاحات الإنفلونزا والالتهاب الرئوي وكوفيد تسعة عشر
- غسل اليدين وتجنب المرضى وارتداء الكمامة عند الحاجة
- اتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين يساعدان على تحسين صحتك العامة

متى يجب عليك الاتصال بالطبيب

اتصل بالإسعاف في الحالات التالية:

- صعوبة في التنفس حتى أثناء الراحة
- سعال مصحوب بالدم
- ألم في الصدر مع ضيق في التنفس أو تعرق أو غثيان أو برودة الجلد
- ألم في الذراعين أو الفك أو الظهر
- تسارع أو عدم انتظام ضربات القلب
- الشعور بالدوخة أو الإغماء أو الضعف الشديد
- اتصل بطبيبك إذا
- ارتفعت درجة حرارتك إلى ثمانية وثلاثين درجة مئوية أو أكثر أو شعرت برعشة
- شعرت بتعب أو ضيق في التنفس أكثر من المعتاد أثناء النشاطات اليومية
- حدث لديك سعال جديد أو ازدادت حدة السعال أو الأزيز أو البلغم أو ضيق التنفس

What causes COPD?

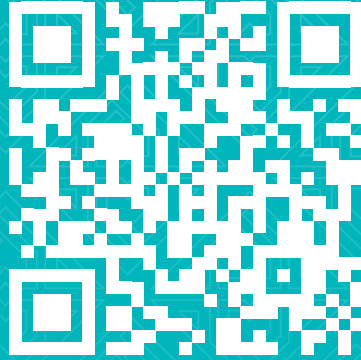
- Avoid smoking
- Quitting smoking is the most important thing you can do
- Even if you've smoked for many years it's never too late to quit
- Avoid triggers such as fumes pollution or dust
- Get vaccinated for flu pneumonia and COVID-19
- Wash hands often and stay away from people who are sick
- Wearing a mask in crowded areas can help reduce infection risk
- Follow a healthy lifestyle
- Eat a balanced diet
- Exercise regularly or follow a pulmonary rehab plan

What causes COPD?

Call emergency services if

- You have trouble breathing even at rest
- You are coughing up blood
- You show signs of a heart attack such as chest pain trouble breathing sweating upset stomach cold skin pain in arms back or jaw
- Your symptoms worsen with activity
- Call your doctor if
- You have a fever above 100.4 F or chills
- You feel weak or more short of breath during normal activity
- You have new or worsening cough wheezing or mucus
- You feel dizzy faint or weak

تواصل معنا



مركز مكة الطبي
Makkah Medical Center



هاتف 0125222222 تحويلة 5104

+966593783705 | f mmc_med_sa

Mmc_Med_sa | mmcofficial1

mmc.med.sa