

آسم کودکانی با نفس‌های تنگ



فواصل بازدم‌اش طولانی است و تندتند نفس می‌کشد. پره‌های بینی‌اش هنگام نفس کشیدن به داخل کشیده می‌شوند و او را دچار اضطراب می‌کند. این نشانه‌ها در کنار صدای خش‌دار دم و بازدم که سخت و سنگین است نشان می‌دهد این کودک که کمتر از پنج سال دارد، به آسم دوران کودکی مبتلا است.

فواصل بازدم‌اش طولانی است و تندتند نفس می‌کشد. پره‌های بینی‌اش هنگام نفس کشیدن به داخل کشیده می‌شوند و او را دچار اضطراب می‌کند. این نشانه‌ها در کنار صدای خش‌دار دم و بازدم که سخت و سنگین است نشان می‌دهد این کودک که کمتر از پنج سال دارد، به آسم دوران کودکی مبتلا است.

منظور از آسم کودکی، التهاب راه‌های هوایی کوچک است که به دنبال آن انقباض عضلات مجاری تنفسی رخ می‌دهد و به حالت خس‌خس و تندتند نفس کشیدن منجر می‌شود. در کودکان مبتلا به آسم، سوراخ‌های بینی باز می‌شود و هنگام تنفس، کشیدگی فضاها بین دنده‌ای رخ می‌دهد. شاید ندانید، ولی برخی کودکان از بدو تولد به آسم مبتلا هستند که دکتر فریبا شیروانی، فوق‌تخصص بیماری‌های عفونی اطفال درباره آن می‌گوید: ابتلا به تنگی نفس که بلافاصله بعد از تولد رخ می‌دهد به علل مختلفی است مثل نارسی سیستم تنفس و عفونت ریه که می‌تواند میکروبی یا ویروسی باشد. البته عفونت‌های مادرزادی که باعث التهاب و درگیری راه‌های هوایی می‌شود، می‌تواند ناشی از نرسیدن اکسیژن کافی به جنین در ساعات نزدیک به زمان تولد نیز باشد. البته همیشه در صورتی که نوزادی مبتلا به اختلال تنفسی شود، نمی‌توان علت مشکل او را آسم نامید و چنین تشخیصی به بررسی بیشتر نیاز دارد.

گناه آسم کودک بر گردن مادر! شاید برای شما هم این سوال پیش بیاید که آیا زمینه ابتلا به آسم و آلرژی کودک را لزوماً باید در دوران بارداری جست

وجو کرد؟

این متخصص اطفال در پاسخ به جام‌جم می‌گوید: در صورتی که مادر یا پدر کودک مبتلا به آسم باشند در هر مورد، 25 درصد احتمال ابتلا به آسم در کودکش وجود دارد. ولی اگر پدر و مادر هر دو مبتلا به آسم باشند این احتمال به 50 درصد می‌رسد. ابتلا سایر افراد خانواده به آسم و سایر بیماری‌های آلژیک مانند بیماری اگزما نیز احتمال آسم را در فرزند بیشتر می‌کند. البته مصرف سیگار توسط مادر در طول بارداری نیز احتمال ابتلا به آسم را در فرزند افزایش می‌دهد.

آسم از آلرژی می‌آید

جالب است بدانید حدود 80 تا 90 درصد بیماری آسم در کودکان از نوع آلژیک است. در بزرگسالان نیز حدود 50 درصد بروز بیماری آسم، جنبه آلژیک دارد.

دکتر سیروس شعبانی، فوق‌تخصص ریه با تاکید بر این که یکی از قوی‌ترین عواملی که فرد را مستعد آسم می‌کند سابقه آلرژی در خانواده است به جام‌جم می‌گوید: به همین علت در اطفال آسم آلژیک شایع‌تر از نوع غیر آلژیک این بیماری است. البته غیر از عامل وجود سابقه آلژیک (پوستی یا تنفسی) در خانواده وجود عوامل آلژیک‌زا در محیط زندگی نیز می‌تواند کودکان را مستعد ابتلا به آسم کند. بی‌شک کودکانی که مبتلا به کهیر و اگزما پوستی در ناحیه گونه‌ها یا پشت آرنج‌هایشان هستند یا به طور مکرر از آبریزش بینی، مشکلات آلژیکی سینوس‌ها و انسداد تنفسی رنج می‌برند در معرض خطر آسم نیز قرار دارند.

دکتر شیروانی با تاکید بر تاثیر غذاهای آلژیک‌زا در بروز آسم توضیح می‌دهد: غذاهایی مانند شیر گاو، لبنیات، ادویه‌ها، میوه‌های ترش، ترشی‌ها، میگو و ماهی، سفیده تخم‌مرغ، برخی از حبوبات، آجیل، فندق، گردو، بادام و پسته که جزو مواد حساسیت‌زا محسوب می‌شود ممکن است باعث حمله آسم شود. همچنین استفاده بی‌رویه از آنتی‌بیوتیک‌ها و مسکن‌ها به صورت نامنظم نیز می‌تواند باعث بروز آلرژی شود.

وی می‌افزاید: مصرف اسپیرین نیز یکی از محرک‌های شناخته شده آسم است. بعلاوه هر دارویی ممکن است در یک بیمار، باعث ایجاد علائم آلرژی شود؛ بنابراین در بیماران آسمی مصرف دارو به صورت خود سرانه پیشنهاد نمی‌شود.

خطر ابتلا به آسم، همین نزدیکی است

به گفته دکتر شعبانی، درمان آلرژی بشدت به محدود کردن مواجهه کودکان با مواد آلژن در محیط خانه مرتبط است. به این منظور برخی اقدامات را می‌توان انجام داد. از جمله آن که میزان رطوبت خانه را با باز کردن روزانه پنجره‌ها کاهش دهیم. در اتاق‌ها از فرش‌های پرز بلند استفاده نکنیم. ملحفه‌ها و رو بالشتی‌ها را مکرر بشوییم و اتو کنیم. نگذاریم

ظرف‌های کثیف برای طولانی مدت داخل سینک آشپزخانه بماند. این فوق‌تخصص ریه تاکید می‌کند: مواجه شدن با مواد تشکیل‌دهنده بدن حشراتی مانند سوسک و نیز موادی که از تشک‌های پشمی مانده یا بالش‌ها آزاد می‌شود یا موی بدن سگ و گربه آلژیک‌زا محسوب می‌شوند.

کودکان ، اسپری در دست! تشک، درمان شناخته شده آسم استفاده از اسپری‌هایی است با نام آسم یار و آسان نفس که دارو را به‌طور مستقیم وارد ریه می‌کنند.

اما دکتر شیروانی خطاب به خانواده‌هایی که علاقه ندارند فرزندشان اسپری استفاده کند، می‌گوید: نمی‌توان به جای استفاده از اسپری از شربت‌ها یا داروهای دیگر استفاده کرد. پس مصرف اسپری لازم است و نه تنها باعث تخریب ریه نمی‌شود، بلکه باعث کم شدن التهاب راه‌های هوایی می‌شود. البته می‌توان از داروهای کمکی در درمان این بیماران

سود برد، ولی مصرف داروهای استنشاقی اجباری است و تا وقتی لازم است، توسط پزشک ادامه می‌یابد و بتدریج کم یا قطع می‌شود؛ ولی ممکن است دوباره با شروع علائم، به استفاده از آنها نیاز باشد.

آسم کودکی درمان می‌شود

به‌طور تقریبی می‌توان گفت آسم از هر ده کودک، یک نفر و از هر 20 بزرگسال، یک نفر را مبتلا می‌کند. بعلاوه احتمال شروع آسم در هر سنی وجود دارد، اما بیشترین میزان بروز آن در کمتر از پنج سالگی است. این متخصص اطفال با تأکید بر این که آسم کودکان ممکن است با افزایش سن بهبود یابد، می‌گوید: ولی در 50 درصد موارد، آسم کودکان در بزرگسالی به‌طور کامل بهبود می‌یابد. ناگفته نماند اگر کسی که در سنین کودکی مبتلا به آسم بوده و نیاز به مصرف دارو داشته است، اما بدون بهره‌گیری از درمان دارویی وارد بزرگسالی شود، احتمال بهبودش بسیار کم خواهد شد.

دکتر شعبانی نیز تأکید می‌کند: اصولاً آسم دوران کودکی، یک بیماری خوش‌خیم است که معمولاً با بالا رفتن سن و قبل از رسیدن به سن بلوغ در صورت بهره‌گیری از درمان دارویی و کنترل آلرژن‌ها در محیط خانه رفع می‌شود.

پونه شیرازی