

آسم، گلوی کودکان را می‌فشارد



حالا که حدود یک‌سوم کودکان تهرانی علائم آسم دارند، حالا که آلودگی هوا دست از سر تهران و دیگر شهرهای صنعتی کشور بر نمی‌دارد، حالا که آسم هر سال حدود 200 هزار نفر را در سراسر دنیا به قتل می‌رساند...

جام جم آنلاین: حالا که حدود یک‌سوم کودکان تهرانی علائم آسم دارند، حالا که آلودگی هوا دست از سر تهران و دیگر شهرهای صنعتی کشور بر نمی‌دارد، حالا که آسم هر سال حدود 200 هزار نفر را در سراسر دنیا به قتل می‌رساند، حالا که آسم سن و جنس نمی‌شناسد و ممکن است در سنین بسیار پایین هم خود را نشان دهد.

حالا که پزشکان هشدار می‌دهند رسیدگی نکردن به آسم خطر مرگ دارد، باید از آسم کودکان بیشتر بدانیم چون اگر آسم در کودکی مهار شود، بیماران در بزرگسالی با مشکلات کمتری مواجه می‌شوند.

در اردیبهشت امسال، یعنی وقتی هوا هنوز آن‌قدرها آلوده نبود و فرزندان ما هوای آغشته به دود همیشگی محیط زندگی‌شان را تنفس می‌کردند، دکتر مصطفی معین، رئیس انجمن آسم و آلرژی ایران اعلام کرد: بیش از 35 درصد کودکان تهرانی دارای علائم آسم هستند که این آمار بسیار هشدار دهنده است. او گفته بود هم‌اکنون نخستین دلیل مراجعه و بستری شدن کودکان در مراکز فوریت‌های پزشکی و بیمارستان‌ها و غیبت از مدارس در مراکز آموزشی به علت بیماری‌های التهابی و مزمن تنفسی است.

گفته‌های این متخصص پیش از آن بود که هوا به شکل کنونی در شهرهای بزرگ کشورمان از آلاینده‌های خطرناک اشباع شود و هاله‌ای خاکستری رنگ و خفه کننده، گلوی پایتخت و شهرهای مانند آن را بفشارد و این نشان می‌دهد شمار کودکانی که علائم آسم دارند احتمالاً در این وضعیت چند برابر شده باشد.

آسم از کجا می‌آید؟

آسم بیماری التهابی انسدادی مزمن و از شایع‌ترین بیماری‌های مزمن کودکان به حساب می‌آید که با تنگ شدن مجاری هوایی، موجب افزایش ترشحات دستگاه تنفسی و تخریب بافت پوششی آن می‌شود. دکتر محمد نبوی، فوق تخصص آسم، آلرژی و ایمونولوژی بالینی در گفت‌وگو با [#171جام‌جم»](#) درباره دلیل آسم می‌گوید: آسم در هر جنس و هر سنی دیده می‌شود و علاوه بر استعداد ژنتیک که جزو اصلی‌ترین عوامل سبب‌ساز آسم محسوب می‌شود، آلاینده‌های هوا در داخل و خارج از منزل در بروز آن نقش دارند. به گفته او بیشتر مردم تصور می‌کنند تنها آلاینده‌های صنعتی خارج از خانه به سلامت آنها آسیب می‌زنند در حالی که دود سیگار، مواد شیمیایی که ما آنها را با بی‌توجهی در منزل مصرف می‌کنیم، کپک‌های خانگی که نادیده‌شان می‌گیریم، تهویه نامناسب در خانه و تغذیه نادرست و استفاده مداوم از کمپوت‌ها، کنسروها، فست فودها، تنقلاتی مثل چیپس، پفک و... همه زمینه‌ساز ابتلا به این بیماری می‌شوند.

نشانه‌هایی برای تنگ شدن نفس

تصور نادرست در میان برخی از مردم وجود دارد که بر اساس آن، معتقدند آسم در کسانی که کمتر از 2 سال سن دارند بروز نمی‌کند در حالی که دکتر نبوی توضیح می‌دهد: آسم ممکن است در کمتر از 2 ساله‌ها هم به‌وجود بیاید اما تشخیص آن از سوی پزشک نیاز به تبحر دارد، برای مثال گاهی وجود شیئی خارجی در دستگاه تنفسی کودکان نیز علائمی مانند آسم ایجاد می‌کند.

این عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی دانشگاه تهران در تشریح نشانه این بیماری در سنین مختلف می‌گوید: علائمی مانند سرفه، خس‌خس، درد و احساس سنگینی در قفسه سینه، تنگی نفس، ناتوانی در تحمل ورزش‌های سنگین و اختلال در خواب، از جمله نشانه‌های اصلی آسم محسوب می‌شوند.

در حمله‌های شدید چه واکنشی داشته باشیم؟

دکتر نبوی ضمن ابراز تاسف از این که شرایط کنونی هوا مسلماً برای کودکان خطرناک است، یادآور می‌شود: با توجه به وضع کنونی آلودگی هوا، باید منتظر بیشتر شدن حملات آسم در کودکان مبتلا به این بیماری باشیم.

از دیدگاه این فوق‌تخصص، زمانی که حمله آسم در کودکی آغاز می‌شود، نخستین هدف اطرافیان باید کمک به او در استفاده از اسپری و رساندنش به مطب پزشک یا اورژانس باشد. او توضیح می‌دهد: حملات آسم معمولاً ناگهانی نیست بلکه علائم آن بتدریج ظاهر می‌شوند و به همین دلیل اگر بیمار آموزش دیده باشد باید پیش از بیشتر شدن این نشانه‌ها استفاده از دارو را آغاز کند.

به گفته دکتر نبوی، داروی رایج برای کنترل آسم، سالبوتامول است، این همان دارویی است که در اسپری‌های آبی رنگ گاهی در دست

بیماران مبتلا به آسم دیده می‌شود. اما اگر بیماران بیش از دو بار در هفته یا بیش از دو بار در ماه دچار علائم شبانه آسم باشند برای آنها داروهای نگهدارنده تجویز می‌شود. این فوق تخصص آسم، آلرژی و ایمونولوژی به مردم اطمینان می‌دهد که اگر بیماری آسم کنترل شود بیماران مبتلا از زندگی عادی و طبیعی برخوردار می‌شوند. اما به هر حال آسم بیماری آلرژیک است که درمان قطعی ندارد و فقط قابل کنترل است.

با هوا گلاویز نشوید

دکتر نبوی از مردم می‌خواهد فقط هنگام ضرورت از منزل خارج شوند و این نکته را درباره کودکان خود جدی‌تر بگیرند. او می‌گوید: در صورت خروج از منزل بهتر است از ماسک فیلتردار هوا استفاده کنید چون ماسک‌های معمولی فقط برای شرایط گذرای آلودگی هوا مثل زمانی که گرد و خاک به پا می‌شود، کاربرد دارند و باید زود به زود عوض شوند.