



چهل تا نود درصد بیماران آسماتیک مبتلا به آسم ورزشی هستند

یک فوق تخصص اسم و الرژی و ایمونولوژی...

سلامت نیوز: یک فوق تخصص آسم و آلرژی و ایمونولوژی با بیان اینکه «40 تا 90 درصد بیماران آسماتیک مبتلا به آسم ورزشی هستند» گفت: « در صورتی که آسم بیماران کنترل شده باشد ما فعالیت های ورزشی این افراد را ممنوع نمی کنیم.» دکتر سید علیرضا مهدویانی در گفت و گو با خبرنگار سلامت نیوز گفت: « آسم یک سندرم است و مجموعه ای از علائم سرفه و خس خس سینه و تنگی نفس در فرد که پایه و اساس آن التهاب مزمن مجاری هوایی در تمام انواع آسم و حتی نوع خفیف آن است که این علائم توسط محرک ها شعله ور شده و شایع ترین آن عفونت های ویروسی بوده و در مقام دوم ورزش و فعالیت های فیزیکی قرار دارد.»

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درباره میزان شیوع آسم ورزشی گفت: « آسم ورزشی در میان 40 تا 90 درصد بیماران آسماتیک شیوع دارد و این بیماران علائم آسم ورزشی را دارا هستند.» وی درباره سن شیوع آسم ورزشی گفت: « این که آسم ورزشی در میان چه گروه سنی شایع تر است ما تفاوتی بین شیوع این بیماری در کودکان و بزرگسالان نمی بینیم اما با توجه به اینکه کودکان فعالیت های فیزیکی بیشتری دارند آسم ورزشی در میان آنها رایج تر بوده و کودکان با دویدن، خندیدن، گریه کردن دچار خس خس سینه می شوند.» این عضو انجمن آسم و آلرژی ایران در ادامه گفت: « تعریف و تایید آسم ورزشی به عهده کلینیسین بوده که با تست ریوی تشخیص آسم ورزشی را در فرد می دهد.»

وی درباره درمان این بیماری گفت: « بهترین درمان در این بیماری پیشگیری بوده و توصیه می شود که بیماران آسماتیک که مبتلا به آسم ورزشی هستند قبل از ورزش کردن حدود 20 دقیقه تا نیم ساعت در یک محیط بسته خود را گرم کرده و سپس شروع به ورزش کنند و اگر این کار مفید واقع نشد این افراد بایستی ابتدا حدود نیم ساعت قبل از ورزش کردن از داروها بتا آگونیست استفاده کرده و سپس خود را گرم کرده و بعد شروع به ورزش نمایند.»

دکتر مهدویانی درباره منع بیماران مبتلا به آسم ورزشی از ورزش گفت: « اگر فرد مبتلا نتواند فعالیت های روزمره و از جمله ورزش را انجام دهد این ناشی از قصور کلینیسین وی است و در واقع یک ایرادی در رابطه درمانی وی وجود دارد و باید بدانیم که وظیفه یک متخصص ریه این است که برای فرد مبتلا یک زندگی نرمالی ایجاد کند.»

وی درباره ورزش هایی که افراد مبتلا از انجام آن منع می شوند عنوان کرد: « ما فعالیت های افراد مبتلا را ممنوع نمی کنیم مشروط بر اینکه اداره بیماری درست باشد و بیماری وی کنترل شده باشد، البته باید گفت که ورزش هایی که در محیط های سرد و خشک انجام می شود ممکن است بیشتر فرد مبتلا را با مشکل مواجه سازد و بنابراین با حفظ این نکته که ما افراد مبتلا را به شرط کنترل بیماریشان از انجام هیچ ورزشی منع نمی کنیم این افراد از انجام ورزش هایی که در محیط های سرد و خشک انجام می گیرد اجتناب ورزند.»