

۴ نشانه احتمالی آسم

آسم از بیماری‌های مزمن ریوی است که درمانی برای آن وجود ندارد اما با راهکارهای ساده‌ای می‌توان علائم آن را به میزان قابل توجهی کنترل کرد.



آسم از بیماری‌های مزمن ریوی است که درمانی برای آن وجود ندارد اما با راهکارهای ساده‌ای می‌توان علائم آن را به میزان قابل توجهی کنترل کرد.

به گزارش ایسنا، همچنین ضروری است از علائم این بیماری آگاهی داشته باشیم تا بتوان در سریع‌ترین زمان عارضه آسم را تشخیص داد.

بنابر اعلام سایت تخصصی "مدیکال دیلی" از جمله علائم این بیماری می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

احساس تنگی نفس حتی در زمان استراحت

به طور معمول ورزش کردن و انجام فعالیت‌های جسمی به دلیل میزان انرژی که نیاز دارند ممکن است موجب احساس تنگی نفس شوند. هرچند در مبتلایان به بیماری آسم مشکل تنگی نفس حتی در مواقعی که در حال استراحت هستند یا به میزان انرژی بالایی نیاز ندارند مشاهده می‌شود.

همچنین قرار گرفتن در معرض مواد تحریک‌کننده از قبیل دود سیگار، گرد و غبار یا خز باعث می‌شود مجرای تنفسی حتی در زمان استراحت ملتهب شود. از جمله دیگر عوامل تحریک‌کننده می‌توان به استرس‌های روانی، تغییرات آب و هوایی و برخی از داروها اشاره کرد.

سرفه‌هایی که مانع از خوابیدن می‌شوند

بررسی‌ها نشان می‌دهد سرفه‌های ناشی از بیماری آسم هنگام شب تشدید می‌شوند. در صورتیکه از جمله افرادی هستید که به دلیل این علائم از خواب بیدار می‌شوید به آسم شبانه مبتلا هستید.

هرچند دلیل اصلی این عارضه ممکن است در افراد مختلف متفاوت باشد اما کارشناسان معتقدند که ساعت زیستی بدن می‌تواند بر تولید هورمونی تأثیر بگذارد و این وضعیت نیز به نوبه خود امکان حفاظت در برابر علائم آسم را کاهش می‌دهد.

احساس سنگینی در قفسه سینه

احساس سنگینی در قفسه سینه می‌تواند از علائم متعددی ناشی شود که رفلاکس معده، حمله قلبی و آسم برخی از آن‌ها به حساب می‌آیند. هرچند احساس سنگینی در قفسه سینه از جمله علائمی است که تعداد قابل توجهی از مبتلایان به آسم از آن شکایت دارند.

تغییر رنگ پوست

تغییر رنگ پوست می‌تواند بر اثر سیانوز (بَرَقان آزرَق) ناشی شود. در حقیقت کمبود اکسیژن در خون باعث می‌شود لکه‌های تیره قرمز آبی رنگ روی پوست ظاهر شود. وجود این علامت یکی از علائم آسم شدید و درمان‌نشده به حساب می‌آید.