

## همه چیز درباره «بیماری انسداد مزمن ریوی»



بیماری انسداد مزمن ریوی عملکرد دستگاه تنفس را با مشکل مواجه می‌کند و یکی از عوامل بروز آن، مصرف دخانیات است.

بیماری انسداد مزمن ریوی عملکرد دستگاه تنفس را با مشکل مواجه می‌کند و یکی از عوامل بروز آن، مصرف دخانیات است.

به گزارش ایسنا، بیماری انسداد مزمن ریوی ترکیبی است از دو اختلال تنفسی شایع به نام برونشیت مزمن یا التهاب نایژک های ریه و آمفیژم یا التهاب کیسه های هوایی ریه. این دو اختلال، بیماری های طولانی مدت و مزمنی هستند که عملکرد دستگاه تنفس را با مشکل مواجه می‌کنند. هر کدام از این دو اختلال ممکن است به تنهایی روی دهند، اما بسیاری از افراد با هر دو اختلال درگیر می‌شوند و به این علت آنها را افراد مبتلا به بیماری انسداد مزمن ریوی می‌دانیم.

کدام عوامل در ایجاد بیماری انسداد مزمن ریوی موثر است؟

برونشیت مزمن و آمفیژم بیش از همه در افرادی مشاهده می‌شود که دخانیات مصرف می‌کنند یا قبلاً مصرف می‌کردند. خطر ابتلا به این بیماری با هر نخ سیگار افزایش می‌یابد و افرادی که هر روز بیش از یک پاکت سیگار مصرف می‌کنند، اغلب به بیماری آمفیژم مبتلا هستند. عامل مهم دیگری که احتمال ابتلا به این بیماری را افزایش می‌دهد استنشاق مواد آلاینده صنعتی به ویژه در محیط های شهری است. البته نقش ژنتیک را هم نباید در ایجاد این بیماری نادیده گرفت؛ چرا که درصد کمی از مبتلایان به آن دارای نوعی نقص ژنتیکی هستند. در اختلال آمفیژم چه روی می‌دهد؟

در این اختلال کیسه های هوای ریه به تدریج تخریب می‌شوند؛ به گونه ای که عمل دم و بازدم در فرد مبتلا به این اختلال با مشکل همراه می‌شود. این اختلال باعث می‌شود تا نایژه ها و نایژک ها به تدریج انعطاف پذیری و حالت طبیعی خود را از دست داده و فرآیند انتقال هوا به درون ریه ها با سختی بیشتری انجام شود. اختلال برونشیت مزمن

در این اختلال نوعی ماده مخاطی در مجاری تنفسی تولید می‌شود که وظیفه آن مرطوب نگه داشتن این مجاری است. در اختلال برونشیت مزمن این مخاط بیش از حد تولید می‌شود که نتیجه آن سرفه های مداوم و ترشح مقدار زیادی خلط سینه است. همچنین ممکن است با نازک تر شدن نایژه ها و از بین رفتن انعطاف پذیری آن ها، ورود و خروج هوا به درون ریه ها مشکل شده و تنفس با مانع مواجه شود؛ به گونه ای که فرد مبتلا به حالت نفس نفس زدن دچار شود. البته بیشتر افراد عادی دوره های گذرا و کوتاه مدتی از برونشیت را در زندگی شان تجربه می‌کنند که ممکن است حداکثر یک یا دو هفته طول بکشد، اما در برونشیت مزمن این وضعیت برای ماه ها و سال ها پابرجا مانده و فرد مبتلا برای مدتی طولانی با مشکل سختی تنفس، ایجاد خلط سینه و سرفه های مداوم درگیر می‌شود. ابتلا به بیماری انسداد مزمن ریوی چه احساسی در فرد به وجود می‌آورد؟

فرد مبتلا در هنگام بالا رفتن از پله یا مکان های بلند دچار تنگی نفس می‌شود، اما در شکل شدید آن حتی در زمان راه رفتن معمولی و آهسته نیز تنگی نفس شدید در فرد به وجود می‌آید. به گونه ای که فعالیت های روزانه و عادی نیز دچار اختلال شده و با پیشرفت بیماری شدت اختلال در فعالیت های روزانه بیشتر می‌شود. تعجب آور نیست که افراد مبتلا به برونشیت مزمن ممکن است، ناامید، مضطرب، افسرده و یا درمانده شوند که این نیز به نوبه خود زندگی آنها را با اختلال بیشتری روبه رو می‌کند. افرادی که روحیه بهتری داشته باشند، بهتر می‌توانند با این بیماری سازگاری پیدا کنند. در واقع سازگاری با محدودیت هایی که این بیماری بر روش زندگی افراد تحمیل می‌کند، به علاوه حمایت خانواده و دوستان می‌تواند اضطراب و افسردگی ناشی از این بیماری را کاهش دهد. آیا بیماری انسداد مزمن ریوی با مشکلات دیگری نیز همراه است؟

افراد مبتلا به برونشیت مزمن و آمفیژم آمادگی بیشتری برای ابتلا به عفونت های ریوی و پنومونی دارند و برخی مواقع لازم است که برای دریافت درمان های فوری در بیمارستان بستری شوند. در این مدت ممکن است سطح اکسیژن خون آنها پایین آمده و به علت نارسایی فرآیند گردش خون، پا یا قوزک پای آنها متورم شود.

با بیماری انسداد مزمن ریوی چه باید کرد؟

بنابر اعلام جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات ایران، متأسفانه بسیاری از افراد سیگاری تصور می کنند که مصرف سیگار زیان های دائمی به ریه آنها وارد می کند و هیچ راهی برای مقابله با آن وجود ندارد. اگرچه درست است که تخریب بافت های ریه چندان قابل برگشت یا درمان نیست، اما ترک دخانیات در هر سن و در هر مرحله ای از پیشرفت بیماری می تواند کیفیت زندگی و طول عمر افراد را افزایش دهد. با ترک دخانیات احتمال ابتلای شما به بیماری انسداد مزمن ریوی به تدریج کاسته خواهد شد. در مورد افرادی که به این بیماری مبتلا هستند، قطع مصرف دخانیات می تواند تنگی نفس و سایر علائم بیماری را تا حدی تسکین داده و میزان پیشرفت بیماری را کندتر کند.