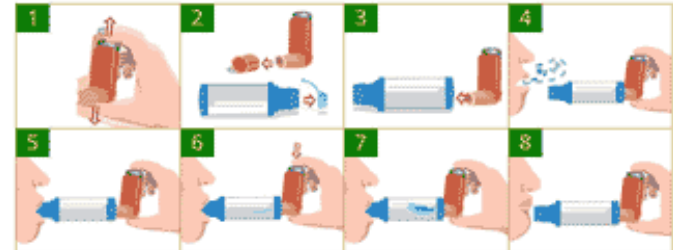


نصائح عامة:

- التأكد من استخدام البخاخات بشكل صحيح للتأكد من دخول الدواء إلى الشعب الهوائية وتحقق النتيجة المرجوة منه بإذن الله، باتباع التالي:

- 1- رج البخاخ جيدا.
- 2- انزع الغطاء.
- 3- ضعه في المكان المخصص في أنبوبة الاستنشاق.
- 4- قم بالزفير قبل وضع أنبوبة الاستنشاق.
- 5- أطبق الشفتين بإحكام حول فوهة الوصلة الفموية، وفي حالة استخدام الأنبوبة ذات الكمامة (للأطفال أصغر من 6 سنوات) ضع الكمامة بإحكام حول الفم والأنف معًا.
- 6- اضغط لمرة واحدة على البخاخ.
- 7- اترك الطفل يتنفس لمدة 10 ثواني أو استنشاق ست مرات.
- 8- كرر الخطوات السابقة بناء على توجيهات الطبيب لعدد الجرعات.



- ضع خطة للتعامل مع النوبات الحادة مع الطفل والمدرسة والتأكد من حمل الطفل للعلاج الإسعافي، والذهاب إلى الطوارئ في الأحوال التالية:

- 1- الأعراض الشديدة أو المستمرة مثل أزيز الصدر مع الكتمة وضيق التنفس أو آلام بالصدر.
- 2- عدم الاستجابة لموسعات الشعب الهوائية.
- 3- تفاقم الأعراض وعدم القدرة على التنفس أو الكلام.
- 4- انقباض الصدر والنهجان والشعور بالإعياء والكتمة وزيادة معدل التنفس وضربات القلب.
- 5- تغير اللون إلى الأزرق في الأطراف، وتدهور الحالة العامة، وفقدان الوعي في الحالات المتأخرة.

مفاهيم خاطئة:

1- «يكون الطفل مصابًا بمرض الربو عند وجود الأعراض بينما يشفى منه في عدم وجودها»



التصحيح: الربو هو حالة مزمنة من التهاب الشعب الهوائية ولا يعني انحسار الأعراض الشفاء من المرض، فيجب الاستمرار على الأدوية الوقائية حسب تعليمات الطبيب المعالج.



2- «يؤدي استخدام أدوية الربو إلى إدمان الطفل عليها»



التصحيح: لا يوجد أي أساس علمي أو ملاحظات واقعية لهذه الفرضية، وإن لوحظ استمرار بعض الأطفال على هذه البخاخات فهي لاستمرار حاجتهم لها وليس بسبب إدمانهم عليها إطلاقًا.



3- «البخاخات التي تحتوي على الكورتيزون هي علاجات لها أعراض جانبية كثيرة ويفضل عدم استخدامها»



التصحيح: تعتبر مركبات الكورتيزون المستخدمة في بخاخات الربو آمنة خاصة إذا استخدمت بالجرعة والطريقة الصحيحة، ولا تسبب الأعراض التي تسببها أدوية الكورتيزون التي تستخدم عن طريق الفم أو الحقن، فهي لا تؤثر على نمو الطفل، في حين عدم استخدامها قد يؤدي إلى نوبات الربو الحادة ونقص الأكسجين وإجهاد تنفسي مزمن يؤثر على الطفل ونموه إضافة أنه قد يستوجب استخدام الكورتيزون عن طريق الفم أو الحقن.



4- «يجب الحرص على منع الأطفال المصابين بالربو من اللعب والإجهاد البدني»



التصحيح: على العكس تمامًا، فالهدف من علاج الربو هو السيطرة على المرض لتمكين الطفل من ممارسة نشاطاته بشكل طبيعي.



References:
-Ministry of health
-Myo clinic
-Saudi pediatric pulmonology association

جامعة
الملك سعود
King Saud University

SAIIS
SAUDI ALLERGY . ASTHMA & IMMUNOLOGY SOCIETY
الجمعية السعودية للحساسية والربو والمناعة

تصميم:
وجدان السويّد

حساسية
الصدر
(الربو)
Asthma



كيف يتم علاج المرض؟

يهدف العلاج في مرض الربو إلى السيطرة على المرض والتقليل من الإصابة بالنوبات لينعم المصاب بحياة طبيعية ويتمكن من ممارسة نشاطاته اليومية. وتنقسم خطة العلاج للربو إلى قسمين:

١- العلاج الإسعافي: ويستخدم عند النوبات الحادة، وعادة ما تكون أدوية تعمل على استرخاء العضلات المحيطة بالشعب الهوائية لتوسع مجرى الهواء وتسمح بعبوره.



٢- العلاج الوقائي: ويستخدم للسيطرة على المرض والتقليل من الإصابة بالنوبات ومنع مضاعفاتها -ياذن الله- وهنا تستخدم سياسة التدرج في استخدام الأدوية بناء على درجة السيطرة على الأعراض وعدد مرات التعرض للنوبات واستخدام العلاج الإسعافي، وهو علاج فعال في السيطرة على المرض وما أن يتم إيقاف استخدامه فإحتمالية النكسات والنوبات وارد، لذلك يجب عدم إيقافه إلا تحت إشراف الطبيب المعالج.



طرق الوقاية من النوبات الربوية:

- استكشاف مهيجات الربو وتجنبها (انظر العوامل المهيجة)، فالتعرض المستمر لها يؤدي إلى تفاقم المرض حتى مع الاستخدام الصحيح للعلاج.
- العمل المشترك بين الطبيب والمريض في وضع برنامج علاجي كامل يشمل العلاج الدوائي والفحوصات الأساسية ومواعيد المتابعة المنتظمة.
- الالتزام بالخطة العلاجية الوقائية والاسعافية مع التأكد من الاستخدام الصحيح للبخاخات العلاجية (انظر نصائح عامة).
- المحافظة على الصحة العامة واللياقة البدنية بتناول الغذاء الصحي وممارسة التمارين الرياضية.
- الإقلاع عن التدخين، والامتناع عن مجالسة المدخنين.
- أخذ لقاح الأنفلونزا الموسمية لتخفيف حدة الإصابة بالأنفلونزا.

ماهي العوامل المهيجة لنوبة الربو؟

التعرض لبعض العوامل المحسنة لجهاز المناعة قد يؤدي إلى حدوث نوبة الربو مع العلم أن هذه العوامل تختلف من شخص لآخر ومن أهمها:



- التدخين.
- الحساسية ضد بعض الأشياء مثل: المواد الكيميائية، ريش الطيور، فرو الحيوانات، حبوب الطلع، الغبار، بعض الأطعمة أو السوائل أو المواد الحافظة.
- استنشاق الدخان الناجم عن إشعال الحطب أو البخور أو الروائح.
- الالتهابات الفيروسية للجهاز التنفسي.
- بعض الأدوية مثل: الأسبرين، ومضادات بيتا، ومضادات الالتهابات غير الستيرويدية (Non-steroidal Anti Inflammatory Drugs).
- الانفعالات النفسية.
- التمارين الرياضية الشديدة.
- التغييرات الهرمونية مثل الدورة الشهرية في بعض النساء.
- مرض الارتجاع المريئي (Gastro Esophageal Reflux Disease).

كيف يتم تشخيص المرض؟



يعتمد الطبيب في تشخيص الربو بشكل أساسي على التاريخ المرضي، شاملا الأعراض وتكرارها ومسبباتها، ويأتي بعد ذلك الفحص السريري ثم قياس وظائف الرئة واختبار الحساسية لمعرفة العوامل المحفزة للحساسية، ويجدر الإشارة إلى أنه من الصعب تشخيص الربو للأطفال ما دون السادسة لصعوبة تجاوبهم مع قياس وظائف الرئة.

أعراض الإصابة بنوبة ربو حادة:



أعراض الإصابة بنوبة ربو حادة:

- إرتفاع في حدة ووتيرة أعراض المرض.
- صعوبة شديدة في التنفس.
- حاجة متزايدة إلى استخدام الموسعات القصية.

وقد تؤدي هذه الأعراض إلى عدم تحمل الطفل للمجهود البدني مما يحد من قدرته على اللعب أو الجري أو حتى الكلام في الحالات الشديدة من النوبات.

ماهي أسباب الإصابة بالربو؟

من غير المعروف ما هو السبب الذي يجعل البعض عرضة لمرض الربو، لكن الأبحاث تعيدها إلى عوامل جينية وراثية وعوامل بيئية. من أهم العوامل المساعدة في الإصابة بالمرض:

التاريخ المرضي لمرض الربو في العائلة.



السمنة وزيادة الوزن.



التدخين أو التعرض للتدخين السلبي أو تدخين الأم أثناء الحمل.



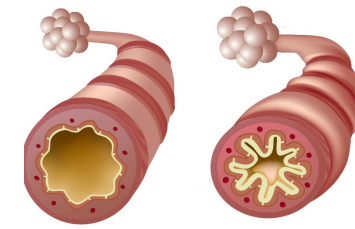
التعرض لأحد العوامل المهيجة كالمواد الكيميائية المستخدمة في التنظيف أو الزراعة أو تصفيف الشعر.



تلوث البيئة المحيطة وتلوث الهواء بدخان المصانع وعوادم السيارات.



ماهو الربو؟



قصبة هوائية طبيعية

قصبة هوائية مصابة بالتضيق

الربو هو مرض مزمن من أمراض الحساسية يصيب القصبات الهوائية في الرئة، وينتج عنه التهاب وضيق في القصبة وزيادة في إفرازاتها مما يقلل من مرور الهواء خلالها، وهو مرض شائع جدًا وخاصة عند الأطفال.

ماهي أعراض مرض الربو؟

تأتي أعراض الربو على شكل نوبات متكررة تتراوح في شدتها وعددها ويحفزها التعرض للمواد المحسنة أو الإصابة بعدوى في الجهاز التنفسي.

أهم أعراضه:		
انقباضات أو آلام في الصدر	ضيق في التنفس	
سعال متكرر مصحوب سيلان الأنف والعطاس، خاصة عند الإصابة بالتهاب في الجهاز التنفسي.	صوت صفير عند التنفس أو الزفير.	اضطراب في النوم بسبب ضيق التنفس