

آسم در کودکان

سم یک بیماری حساسیتی (آلرژیک) است که مجاری هوایی (برونشها) را درگیر می کند. وقتی واکنش های حساسیتی اتفاق می افتد، ریه ها منقبض و تنگ شده توسط ترشحات مخاطی مسدود می شوند. این پدیده، تنفس را دچار مشکل می کند. حمله آسم می تواند برای یک کودک ترسناک باشد. زیرا احساس خفگی که در جریان حمله آسم اتفاق می افتد می تواند سبب وحشت کودک شود و این مسئله تنفس را مشکل تر می سازد.

عامل ایجاد حساسیت می تواند گرده گل یا گرد و غبار باشد. اشارهای روانی و عاطفی و ورزش نیز می توانند سبب بروز حمله شوند.

هرچند حملات آسم ترسناک و نگران کننده هستند، اما با درمان و توصیه های پزشکی رفع شده و عارضه ای برجا می گذارند.

علائم احتمالی:

- تنفس مشکل: بازدم مشکل شده و ممکن است در هنگام م. عضلات شکم به داخل کشیده شوند
- احساس خفگی
- خس خس سینه

- سرفه طولانی مدت

- کبود شدن لبها که به علت کمبود اکسیژن رخ می دهد.
نخستین اقداماتی که می توانید انجام دهید:

• در صورت بروز حمله آسم بلافاصله با پزشک خود تماس بگیرید.

• اگر حمله هنگامی اتفاق بیفتد که کودک در رختخواب است، او را بلند کرده و زیر سرش را با چند بالش بالا بیاورید. می توانید کودک را روی یک صندلی نشانده و از جلو او را به لبه میز تکیه بدهید. این کار به کودک کمک می کند تا عمل بازدم را راحت تر انجام دهد.

• سعی کنید آزمایش خود را حفظ کنید زیرا اضطراب شما تنها وضعیت کودک را بدتر می کند.

• هنگامی که منتظر پزشک هستید سعی کنید توجه کودک را از حمله آسم به چیز دیگری معطوف کنید تا کودک مشکل خود را فراموش کرده و به آن فکر نکند.

اقداماتی که پزشک انجام می دهد:



- پزشک احتمالاً با کمک یک داروی گشاد کننده برونش اقدام به درمان حمله آسم می کند. این دارو مستقیماً به وسیله تنفس به داخل برونش رفته و بر روی منطقه مسدود یا تنگ شده اثر می کند. برای درمان یک حمله شدید، ممکن است نیاز به بستری کردن کودک و استفاده از مقادیر بیشتر داروی گشاد کننده برونش باشد.

- اگر شواهدی از یک عفونت ریوی وجود داشته باشد، آنتی بیوتیک تجویز می شود.

- پزشک شما حداکثر سرعت بازدم کودک را برای تعیین وضعیت کودک اندازه می گیرد.

- پزشک در مورد پیشگیری از بروز حمله آسم با شما صحبت کرده و توصیه های لازم را می کند، همچنین به شما کمک می کند تا ماده حساسیت زا برای کودک را پیدا کنید.

اقداماتی که شما می توانید برای کمک به کودک انجام دهید:

- در صورتی که پزشک موفق به پیدا کردن آلرژی (مواد حساسیت زا) نشد خود شما می توانید اقدام به این کار کنید. به زمان و شرایط بروز حمله توجه کنید. از به کار بردن مواد و وسایل حساسیت زا مثل بالش های پر خودداری کرده و از جمع شدن گرد و غبار در منزل جلوگیری کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

مؤسسه بهداشت و درمان شهرستان مازوجلاخ

پدرستان امام جعفر صادق (ع)

آسم در کودکان



- بسیاری از بیماران مبتلا به آسم نسبت به حیوانات حساسیت دارند. در صورت وجود حیوانات خانگی در منزل، آنها را از محیط زندگی دور کرده و ببینید آیا بروز حملات نگی نفس در کودک کمتر می شود یا نه.

- از مصرف داروهای تجویز شده اطمینان حاصل نمایید و مدرسه را در جریان مشکل کودک قرار دهید.

- به یک فیزیوتراپیست مراجعه کنید تا کودک تمرینات تنفسی را یاد بگیرد. این کار به وی کمک می کند تا در طی روز حملات آسم، آرامی خود را حفظ نماید.

- کودک خود را تشویق کنید تا هنگام ایستادن یا نشستن، شت خود را راست و صاف نگهدارد تا فضای بیشتری برای از شدن ریه ها وجود داشته باشد. مراقب باشید تا وزن کمک بیش از اندازه بالا نرود زیرا افزایش وزن سبب تحمل ار بیشتری بر ریه ها می شود.



- ورزش به میزان متوسط می تواند به افزایش حجم تنفسی کمک کند. اما ورزش سنگین ممکن است سبب بروز حمله آسم شود. شنا کردن می تواند بسیار مفید باشد.

- از کشیدن سیگار در نزدیکی کودک خودداری کنید.

- برای بالش ها و پتوهای پر، از روکش استفاده کنید.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	آسم در کودکان
تهیه کننده	واحد ارتقا سلامت - نجمه ارمنده
تأییدکنندگان علمی	آقای دکتر بابا مرادی
سمت	مدیر گروه اطفال
تاریخ تهیه	۱۳۹۶
بازنگری	نوبت چهارم ۱۴۰۳
شماره تماس	۴۴۲۱۰۹۲۲ - داخلی ۱۷۰
آدرس	بلوار آیت اله خامنه ای خیابان پرستار جنب پارک مادر