



**داء الإنسداد  
الرئوي  
المزمن (COPD)..  
مرض خفي وفتاك..**



# ما هو داء الإنسداد الرئوي المزمن؟

## إن داء الإنسداد الرئوي المزمن

(Chronic-Obstructive Pulmonary Disease “(COPD)) مرض انسداد مزمن في الرئة يقوم بإعاقة تدفق الهواء من الرئتين. وتتضمن الأعراض مواجهة المشكلات في التنفس، والسعال، وإصدار صفير. ينجم هذا المرض عن التعرض طويل المدى للغازات المهيجة أو المواد الجسيماتية العالقة، وغالبًا ما تصدر من دخان السجائر. إن الأشخاص الذين يعانون داء الإنسداد الرئوي المزمن (COPD) أكثر عرضة للإصابة بالالتهابات الصدرية المتكررة وبمرض القلب أو سرطان الرئة أو الحالات المرضية المختلفة الأخرى.

## ما أعراض الإنسداد الرئوي المزمن؟

لا تظهر أعراض داء الإنسداد الرئوي المزمن غالبًا إلى أن يحدث تلف كبير في الرئة، وتزداد سوءًا في العادة مع الوقت، وخاصة إذا استمر بالتدخين.



قد تشمل العلامات والأعراض الأخرى في التهاب الشعب الهوائية المزمن:

- ضيق في التنفس، وخاصة أثناء النشاطات البدنية.
- الصفير.
- ضيق في الصدر.
- السعال المزمن الذي قد ينتج مخاطًا (بصاقًا)

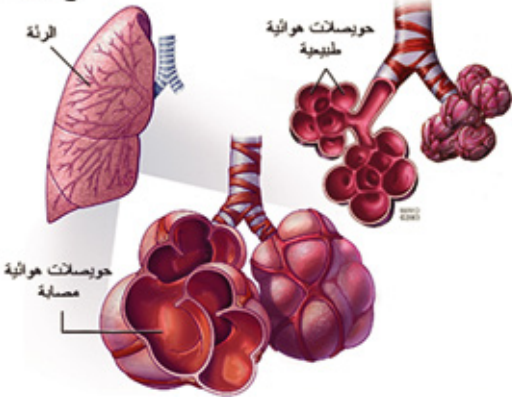
- قد يكون شفافاً أو أبيض أو أصفر أو يميل إلى الإخضرار.
- زرقة الشفتين أو أسفل الأظافر (الازرقاق).
- الإصابات المتكررة بعدوى في الجهاز التنفسي.
- نقص الطاقة.
- فقدان في الوزن غير مقصود (في مراحل لاحقة).
- تورم في الكاحلين أو القدمين أو الساقين.

## ما هي أسباب انسداد الرئوي المزمن؟

**إنّ تدخين السجائر ونقص مُضاد ترسبين ألفا-1** السببان الرئيسيان للإصابة بهذا المرض، وقد يُسهم تلوث الهواء والغبار الذي تُثيره أعمال البناء والإعمار في الإصابة بالمرض خاصةً إذا كان الشخص المُعرض لهذه المواد مدخناً للسجائر أصلاً. ويُحتمل أن تسبب الجينات الوراثية ونقص مُضاد ترسبين ألفا-1 المرض أيضاً.

يؤدي دخان السجائر إلى تهيج والتهاب الممرات الهوائية وتضييقها وبالتالي يزداد الشعور بصعوبة التنفس، ويؤدي دخان السجائر أيضاً إلى تلف الأهداب وبذلك يتعدّد على المريض التخلص من المخاط والجسيمات العالقة في الممرات الهوائية، فينجم عن ذلك سعال مُزمن يُصاحبه الكثير من المخاط، الأمر الذي يؤدي في نهاية المطاف إلى الإصابة بالتهاب الشعب الهوائية المُزمن.

### إنتفاخ الرئة



ويمكن أن يؤدي تزامن الانسداد الرئوي المزمن والالتهابات الأخرى إلى تلف الممرات الهوائية الصغيرة أو إلى الإصابة بالانتفاخ الرئوي لدى بعض الناس.

وقد يكون الاضطراب الوراثي المُسمى بنقص مُضاد ترسيين ألفا -1 وراء الإصابة بالانتفاخ الرئوي، ويجدر بالذكر أن هذا المُضاد عبارة عن أنزيم وقائي يُنتج في الكبد ثم تفرزه خلايا الكبد في مجرى الدم، وبعدها يُنقل عبر الدم إلى الرئتين لمكافحة الالتهابات.

تتضمن **عوامل خطر** الإصابة بداء الانسداد الرئوي المزمن (COPD) ما يلي:

- الأشخاص المدخنين.
- التعرض للغبار والمواد الكيميائية أثناء العمل
- التعرض للغبار الناجم عن حرق الوقود.
- العمر.
- **العوامل الوراثية.** يُعد الاضطراب الوراثي غير الشائع عوز مضاد التريسيين ألفا-1 سبب بعض حالات الإصابة بداء الانسداد الرئوي المزمن (COPD).



# كيف يُشخّص الإنسداد الرئوي المزمن؟

## التاريخ الصحي للمريض

من الضروري أن يوجه الطبيب الأسئلة التالية للمريض ذلك لأهمية الأجوبة في تشخيص الإصابة بالإنسداد الرئوي المزمن، وتتضمن الأسئلة ما يلي:

- هل يُدخن المريض السجائر؟
- هل يتعرض المريض للغبار أو ملوثات الهواء لفترة زمنية طويلة؟
- هل يُعاني أحد أفراد عائلة المريض من مرض رئوي؟
- هل يشكو المريض من ضيق في التنفس؟
- هل يواجه المريض صعوبة في التنفس عند ممارسة التمارين الرياضية؟
- هل ينتاب المريض نوبات سُعالٍ مُزمنة و/ أو صدور صفير من الصدر؟
- هل يقوم المريض عند السعال ببصق الكثير من المُخاط؟



## الفحص الطبي العام

من أجل تشخيص المرض يُجري الطبيب فحصًا طبيًا دقيقًا يشمل الآتي:

- الاستماع إلى رئتي المريض وقلبه.
- إجراء فحص لقياس ضغط الدم ونبض القلب.
- فحص الأنف والحنجرة.
- فحص القدمين والكاحلين للكشف عن التورم فيهما.

## الفحوصات المخبرية وغيرها

من الضروري إجراء عدة فحوصات مخبرية وفحوصات أخرى لتأكيد تشخيص الإصابة بالانسداد الرئوي المزمن، وقد تشمل هذه الفحوصات الآتي:

- التخطيط الكهربائي للقلب للتأكد من فعالية القلب الوظيفية واستبعاد الإصابة بمرض قلبي يُسبب الشعور بضيق التنفس.
- إجراء تصوير الصدر بالأشعة السينية للكشف عن أي تغيرات في الرئة سببها الانسداد الرئوي المزمن.
- إجراء اختبار تحديد كفاءة التنفس واختبار فاعلية الرئة الوظيفية لتحديد حجم الرئة ودفق الهواء منها وإليها.
- إجراء التأكسج النبضي لقياس مدى تشبع الدم بالأوكسجين.
- إجراء قياس غازات الدم الشريانية لتحديد كمية الأوكسجين وثنائي أوكسيد الكربون في الدم.
- إجراء تمارين رياضية لتحديد ما إذا كان مستوى الأوكسجين في الدم ينخفض أثناء ممارسة الرياضة.

ويُمكن للمريض أن يتحدث مع طبيبه حول فائدة إجراء فحص قياس مُضاد ترسبين ألفا -1 وملائمته لحالته.



# ما المضاعفات وراء الانسداد الرئوي المزمن؟

- **عدوى الجهاز التنفسي.** الأشخاص الذين يعانون من داء الانسداد الرئوي المزمن (COPD) أكثر عرضة للإصابة بنزلات البرد والإنفلونزا والالتهاب الرئوي..
- **مشاكل القلب.**
- **سرطان الرئة.**
- **ارتفاع ضغط الدم في شرايين الرئة.** قد يسبب داء الانسداد الرئوي المزمن (COPD) ارتفاع ضغط الدم في الشرايين التي توصل الدم إلى الرئتين (فرط ضغط الدم الرئوي).

## ما علاج الانسداد الرئوي المزمن؟

الانسداد الرئوي المزمن لا يوجد علاج واضح له، لأن المريض لا يُشفى منه، بل هناك بعض العلاجات والعادات الأخرى التي يمكنها تقليل حدة الأعراض التي يعاني منها المريض، وإبطاء مفعولها لتحسن حالته الصحية ومساعدته على ممارسة حياته بشكل وصورة طبيعية.

### تتضمن خطة العلاج:

- أدوية لتوسيع القصبات الهوائية، وتلك الأدوية تؤخذ عن طريق الاستنشاق فتساعد على فتح مجرى الهواء.
- المضادات الحيوية والتي قد يصفها الطبيب لمكافحة الالتهابات البكتيرية.
- لقاحات الانفلونزا والالتهاب الرئوي من العلاجات الفعالة والتي تقلل من أعراض الانسداد الرئوي المزمن.
- الستيرويدات القشرية، هذه الأدوية تقلل من التهاب الشعب الهوائية.
- إعادة التأهيل الرئوي، وهو برنامج قائم على عدة تمارين تساعد على تحسين حالة المريض ومساعدته على تجاوز الأعراض والتقليل من حدتها.

- العلاج بالأكسجين يستخدم أحياناً لتحسين العرض المرتبط بضيق النفس، ولكن لا يعتمد عليه إلا في حالات الطوارئ.

## رغم عدم وجود علاج، هناك أشياء يمكنك القيام بها للبقاء في صحة جيدة وتقليل الأعراض:

- التوقف عن التدخين.
- تجنب التعرض للأبخرة والغبار.
- القيام بتمارين التنفس.
- القيام بفحوصات منتظمة.
- اتباع رياضة المشي.
- اتباع نظام صحي.
- تناول أطعمة صحية.



Healthy Lung

Toxic Lung

لمزيد من المتابعة والرعاية الطبية، بإمكانك التوجه الى أطبائنا الذين سيقومون بتوجيهك نحو الأمان والسلامة

مع تمنياتنا لكم بدوام الصحة والعافية

فلسطين – نابلس – شارع عصيرة

صندوق البريد: 797

هاتف: 97092331471

فاكس: 97092389683

البريد الإلكتروني: nnuh@najah.edu

الموقع الإلكتروني: www.nnuh@org



**NajahNNUH**