

## ادم حاد ریه

ادم ریه وضعیتی است که در آن مقداری مایع بطور غیر عادی در ریه جمع و باعث تنگی نفس می شود .

## ❖ علایم

- ✓ تنگی نفس ناگهانی و احساس خفگی
- ✓ سرد و مرطوب، ناخنها کبودرنگ و پوست خاکستری رنگ
- ✓ نبض سریع
- ✓ متسع شدن رگهای گردن
- ✓ سرفه بدون وقفه همراه با خلط فراوان
- ✓ اضطراب
- ✓ تنفس پرسر و صدا

## ❖ علل ادم حاد ریه

شایع ترین علت ادم ریوی، نارسایی احتقانی قلب (CHF) است.

سایر موارد پزشکی کمتر شایع که می تواند باعث ادم ریوی شوند عبارتند از:

- ✓ حمله قلبی یا سایر بیماری های قلبی
- ✓ دریچه های قلب باز شده، باریک یا آسیب دیده است
- ✓ فشار خون ناگهانی
- ✓ ذات الریه
- ✓ نارسایی کلیه

✓ آسیب ریه ناشی از عفونت شدید

✓ بیماری شدید خون یا مسمومیت خونی ناشی از عفونت

✓ عوامل خارجی

## ❖ در صورت ادم ریوی چه مراقبتهایی لازم

است صورت گیرد؟

✓ در صورت ادم ریوی چه مراقبتهایی لازم است صورت گیرد؟

✓ بیمار راست بنشیند و پاهایش پائین باشد. ترجیح داده میشود پاها از کنار تخت آویزان باشد .

✓ در زمان تشدید استراحت مطلق را رعایت کنید. در

صورت نیاز به دستشویی از لگن استفاده کنید. ممکن است برای شما سوند ادراری گذاشته شود .

✓ اجتناب از فعالیت بیش از حد یا استرس ها برای کاهش فشار روی قلب

✓ سر بیمار در موقع خواب بالاتر از تنه قرار گیرد .

✓ مصرف نمک و چربی را در رژیم غذایی محدود کنید.

✓ از مصرف دخانیات اجتناب کنید.

✓ روزانه وزن خود را کنترل کنید.

## ❖ رژیم غذایی

✓ بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین ،

ویتامین و پرفیبر (سبزیجات ، میوه و ... ) استفاده نمائید.

✓ از خوردن غذاهای کنسرو شده (انواع تن ها و ... ) به دلیل بالا بودن مقدار نمک اجتناب کنید.

✓ از خوردن غذاهای حاوی کافئین مثل قهوه، چای، کولاو شکلات خودداری کنید.

✓ از خوردن غذاهای نفاخ ، ادویه دار و خیلی داغ یا خیلی سرد اجتناب کنید.

✓ برای تغییر در طعم غذا می توانید از طعم دهنده های طبیعی مانند لیموترش و .... استفاده کنید.

## ❖ فعالیت

✓ با نظر پزشک برای خود برنامه ورزشی مناسب تنظیم کنید و آن را به طور منظم انجام دهید.

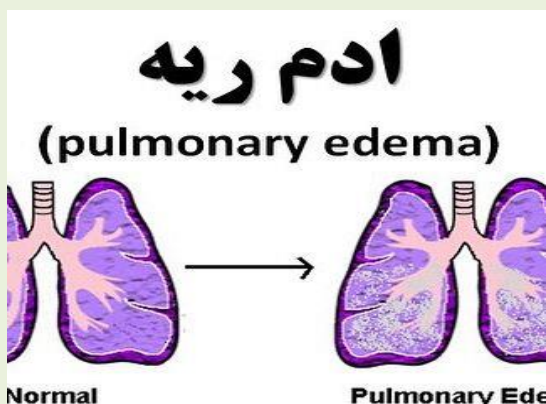
✓ فعالیت هائی مثل حمام کردن و لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید.

✓ در مورد مسافرت های هوایی با پزشک معالج خود مشورت کنید.

## ❖ مراقبت

✓ از قرار گرفتن در گرما و سرمای زیاد خودداری کنید زیرا باعث افزایش خلط و تنگی نفس خواهد شد.

✓ در صورت قرار گرفتن در محیط سرد از ماسک و شال گردن استفاده کنید.



\* شماره تلفن بیمارستان و شماره داخلی  
بخش مربوطه جهت رفع ابهامات آموزشی در  
اختیار شما قرار می گیرد ،  
شماره بیمارستان: ۵-۵۵۲۲۲۰۳۱-۰۱۱-  
شماره داخلی بخش: ( )

بیماری است روزانه وزن خود را کنترل کنید.

✓ جهت تسهیل تنفس به صورت نیمه نشسته

استراحت کنید.

✓ در بیشتر موارد علائم با درمان قابل کنترل است،

درمان به موقع می تواند خطرات بیماری را بشدت

کاهش دهد.

✓ در صورت بیماری قلبی، زمینه‌ای ایجاد کننده ادم

ریه، فرد نیازمند درمان مادام العمر خواهد بود.

#### ❖ دارو

✓ آنتی بیوتیک‌های خود را طبق برنامه و بر اساس

آموزش‌های داده شده و سر ساعت معین استفاده

کنید.

✓ در صورت استفاده از داروهای تقویت کننده عضله

قلب مانند دیگوکسین دوره درمان باید کامل و دارو

سروقت معینی داده شود.

✓ از مصرف داروهای بدون نسخه پزشک اجتناب کنید.

#### ❖ زمان مراجعه بعدی

✓ در صورت بروز علائم از قبیل افزایش سرفه، افزایش

خستگی، تنگی نفس سریع، رنگ پریدگی و افت

فشار خون به پزشک مراجعه کنید.

✓ به طور منظم جهت ادامه درمان به پزشک معالج

مراجعه کنید.

منبع: جراحی - داخلی برونر - سودارث و سایت آموزش

✓ از قرار گرفتن در محیط شلوغ و با ترافیک سنگین

و دود خودداری کنید.

✓ فشار روانی و کلیه موارد استرس زا را از خود دور

کنید.

✓ سعی کنید اتاق دارای تهویه مناسب باشد.

✓ ساعات استراحت و خواب خود را تنظیم کنید.

✓ از مواد محرک تنفسی مثل سیگار (قلیان و پیب )

#### ❖ ادم ریوی چگونه درمان میشود؟

✓ تجویز اکسیژن برای برطرف کردن تنگی نفس در بیمار

✓ تجویز مرفین با مقدار کم جهت برطرف کردن اضطراب

و تنگی نفس

✓ تجویز داروهای ادرار آور در صورت تجویز داروهای

ادرار آور بمنظور جلوگیری از شبادراری دارو را صبح

زود مصرف کنید.

✓ پرهیز کرده و در محیط هایی که دود سیگار وجود

دارد وارد نشوید.

✓ از افراد سرماخورده و مبتلا به عفونت های تنفسی

دوری کنید.

✓ به علت تنگی نفس در این بیماران توصیه میشود

اکسیژن به خصوص در شب در دسترس باشد(در

صورت صلاحدید پزشک)

✓ به دلیل این که چاقی از عوامل تشدید کننده