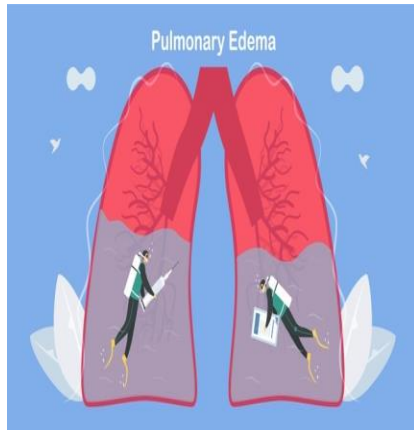


ادم حاد ریه (CHF)



ادم ریه مجموعه‌ای از علائم و خیم و تهدید کننده حیات ناشی از نارسایی احتقانی قلب، ادم ریه که معمولاً یک وضعیت حاد میباشد، عبارتست از تجمع غیرطبیعی مایع در فضاهای خارج عروقی و بافتهای ریه. شایعترین اشکال ادم ریه توسط افزایش فشار مویرگی ریه یا توسط تغییر در نفوذپذیری غشاء حبابچه‌ای مویرگی آغاز میشوند که در بین آنها تنگی میترال و نارسائی بطن چپ شایعترین علل ادم ریه را تشکیل میدهند.

علائم ادم حاد ریه

علائم زیر اغلب به طور ناگهانی در اواسط شب بروز کرده و به سرعت تشدید می‌گردند:

- کوتاه و سریع نفس کشیدن، گاهی همراه خس‌خس
- بی‌قراری و اضطراب
- رنگ‌پریدگی
- تعریق
- کبودی ناخن‌ها و لب‌ها
- افت فشار خون
- سرفه. در ابتدا ممکن است سرفه بدون خلط باشد، ولی بعداً می‌تواند با خلط کف‌آلود حاوی رگه‌های خون همراه گردد.

عوامل تشدید کننده بیماری

- سن بالای ۶۰ سال
- استرس
- حمله قلبی اخیر
- فشار خون بالا یا هر نوع بیماری قلبی
- چاقی
- استعمال دخانیات

- خستگی کار زیاد

درمان ادم حاد ریه

اهداف درمانی در ادم ریه کاردیوژنیک عبارتند از: کاهش فشار وریدی ریه، تشخیص عوامل تسریع کننده و تعیین بیماری قلبی زمینه‌ای، فشار وریدی ریه را میتوان توسط نشانیدن بیمار و توسط تجویز اکسیژن، سولفات مرفین، نیتراتها، و دیورتیکها کاهش داد. بررسی‌های تشخیصی ممکن است شامل آزمایش‌های خون، نوار قلب، رادیوگرافی قفسه سینه، آزمون عملکرد ریه و کاتتریزاسیون شریان ریوی باشد.

درمان در جهت کاهش مایعات اضافه، بهبود عملکرد قلب و ریه، و اصلاح هر گونه اختلال زمینه‌ای طرح‌ریزی می‌گردد.

مراقبت شخصی در منزل در مورد ادم ریه مناسب نیست. این وضعیت یک اورژانس بوده و مستلزم مراقبت‌های طبی ویژه است. تأخیر در درمان آن ممکن است منجر به مرگ گردد.

خودمراقبتی در منزل

مراقبت



- جهت تسهیل تنفس، به صورت نیمه نشسته در بستر استراحت نمائید .
- جهت تسهیل تنفس و برطرف شدن تنگی نفس از اکسیژن در صورت و دستور پزشک استفاده کنید .
- ساعات خواب و استراحت روزانه ی خود را تنظیم نمائید .
- در صورت وجود تب و تغییر در رنگ و مقدار خلط، تنگی نفس و سرفه به پزشک اطلاع دهید.
- 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 .
- 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 پپ) 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 اینکه چاقی از عوامل تشدید کننده بیماری است روزانه وزن خود را کنترل کنید .
- جهت تسهیل تنفس به صورت نیمه نشسته استراحت کنید .
- در بیشتر موارد علایم با درمان قابل کنترل است، درمان به موقع میتواند خطرات بیماری را بشدت کاهش دهد .
- در صورت بیماری قلبی، زمینهای ایجاد کننده ادم ریه، فرد نیازمند درمان مادام العمر خواهد بود.

رژیم غذایی

- مواد غذایی پرکالری، پر پروتئین، پر ویتامین و پرفایبر (C اسید فولیک ، سبزی جات و میوه جات ..) مصرف کنید .
- تعداد وعده های غذایی را افزایش داده، ولی حجم غذای مصرفی را در هر وعده کاهش دهید .
- مصرف مایعات را کاهش دهید تا باعث بهبود عملکرد قلب و ریه گردد .
- از خوردن مواد حاوی کافئین مثل قهوه، چای، کولا، شکلات، غذاهای نفاخ (کلم ، حبوبات و ...) خودداری کنید .
- استفاده از رژیم غذایی کم نمک و کم چربی و پرهیز از مصرف غذاهای با سدیم بالا .
- برای خوشمزه کردن غذاها میتوانید از طعم دهندههای طبیعی غذا مانند لیموترش و ... استفاده کنید.
- از خوردن غذاهای کنسرو شده (انواع تنها و ..) به دلیل بالا بودن مقدار نمک اجتناب کنید .
- از خوردن غذاهای نفاخ ، ادویه دار و خیلی داغ یا خیلی سرد اجتناب کنید.

فعالیت

- استراحت نسبی داشته باشید و هنگام استراحت، در فواصل منظم در تخت چرخیده و وضعیت جدیدی به خود بگیرید .

- فعالیتهایی 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 .
- پس از درمان، فعالیتهای خود را به تدریج با نظر پزشک از سر بگیرید.
- 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.

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 سر وقت معینی داده شود .
- از مصرف داروهای سرما خوردگی بدون نسخه پزشک اجتناب کنید .
- ترکیبات مخدر برای کاهش اضطراب، کاهش جریان خون به سوی ریه، و کاهش نیاز اکسیژن بدن داروهای ادرارآور برای کاستن از اضافه حجم خون در گردش و تجمع مایعات در ریه‌ها.
- دیژیتال برای بالا بردن قدرت ضربان قلب - آنتی‌بیوتیک‌ها (چنانچه ادم ریه در اثر عفونت بروز یافته باشد)
- داروهای نظیر مسدود کننده‌های گیرنده بتا، مهارکننده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسین، نیتراها و مسدودکننده‌های کانال کلسیم به منظور کاستن بار کاری قلب
- تجویز اکسیژن

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.