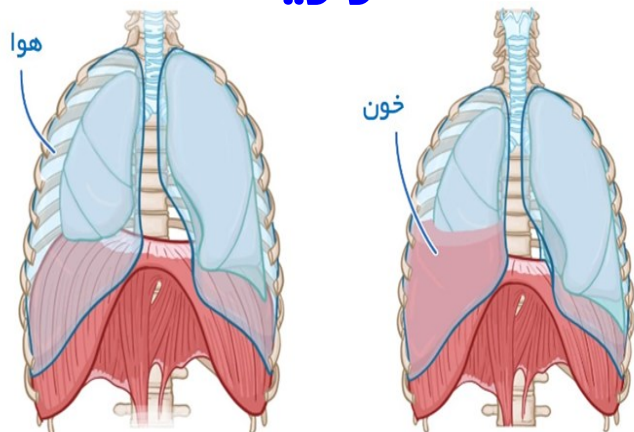




آموزش به بیمار

آسیب ریه: تجمع هوا یا خون در ریه



بیمارستان آموزشی، پژوهشی و درمانی شهید هاشمی تژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

- ویتامین C و مواد معدنی: میوه‌ها و سبزیجات رنگارنگ منابع عالی آنتی‌اکسیدان‌ها هستند که به کاهش التهاب کمک می‌کنند. ویتامین C (موجود در مرکبات، فلفل دلمه‌ای) نقش مهمی در بهبود زخم‌ها دارد.
- نوشیدن مایعات کافی: نوشیدن مایعات از غلظت بیش از حد ترشحات در مجاری تنفسی جلوگیری می‌کند. آب، دمنوش‌های گیاهی بدون کافئین و سوپ‌های رقیق بهترین انتخاب‌ها هستند.

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک مشورت کنید:

- افزایش درجه حرارت تا ۳۸/۳ درجه سانتیگراد
- تشدید درد سینه یا کوتاهی نفس
- شروع سرفه دردناک ناتوان کننده یا تولید خلط
- علائم شوک مانند افزایش ضربان قلب، کاهش فشار خون، تعریق و پوست رنگ پریده و سرد و مرطوب
- علائم عفونت محل زخم مانند ترشح چرکی و بدبو، قرمزی، درد، سفتی محل زخم و ورم.



منبع: سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی تژاد تلفن: ۰۵۱۳ ۲۷۳۷۰۱۱-۱۵ یا با شماره ۳۱۰۹ تماس گرفته و شماره بخش جراحی ۲۵۵۲ را وارد نمایید.
سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

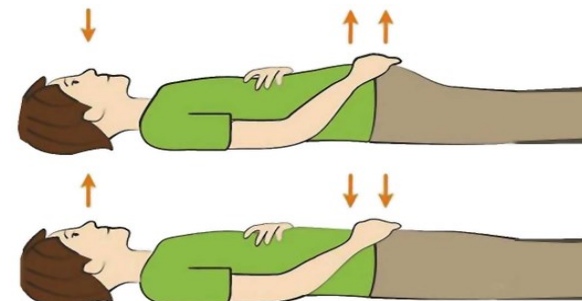
کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۳۳ می باشد.
جهت دریافت محتواهای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



ریه‌های پویا، زندگی فعال: توصیه‌هایی برای بازگشت به زندگی:

فعالیت مجاز برای ریه های فعال:

- در اسرع وقت از شما خواسته می شود که از تخت خارج شوید و راه بروید. این کار به بهبود عملکرد ریه کمک می کند و از روی هم خوابیدن ریه ها جلوگیری می‌کند.
- از شما خواسته می شود نفس های عمیق بکشید و سرفه موثر داشته باشید. این امر هم به عملکرد بهتر ریه و باد شدن ریه کمک می کند هم از تجمع ترشحات و بروز عفونت و روی هم خوابیدن ریه ها جلوگیری می کند.
- تا دو هفته اول بیماری از انجام ورزش های سنگین خودداری کنید



- پس از کشیده شدن لوله تنفسی توصیه می شود که تنفس شکمی داشته باشد

تغذیه مناسب برای ریه‌های قوی:

پس از یک دوره بیماری یا عمل جراحی، بدن شما نیاز به مواد مغذی خاصی دارد تا بتواند بافت‌ها را ترمیم کند و انرژی از دست رفته را بازیابی نماید.

- پروتئین کافی: پروتئین برای ترمیم بافت ریوی و محل جراحی بسیار ضروری است. اطمینان حاصل کنید که در هر وعده غذایی از منابع پروتئینی سالم مانند مرغ، ماهی، تخم مرغ، لبنیات کم‌چرب، یا حبوبات استفاده می‌کنید.

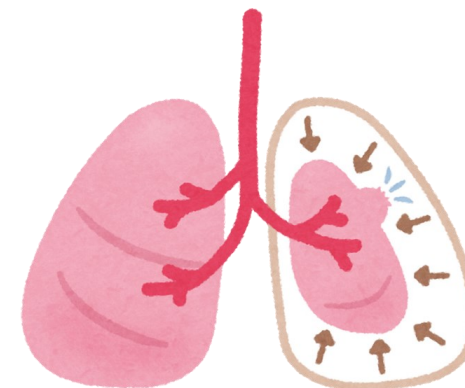
مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را باز یابید.



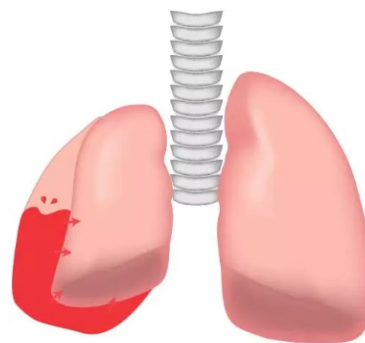
آسیب ریه چیست؟

وجود مایع در فضای بین ریه ها و قفسه سینه (فضای جنب) به حرکت طبیعی ریه ها در حین تنفس کمک می کند اما ورود کمی هوا، خون یا چرک ناشی از آسیب می تواند از باز شدن کامل ریه ها جلوگیری نماید و باعث روی هم خوابیدن ریه ها شده و تنفس را با مشکل مواجه کند و حتی منجر به ایست تنفسی شود.

پنوموتوراکس به حالتی گفته می شود که هوا به طور غیرعادی وارد فضای بین ریه و دیواره قفسه سینه (فضای جنب) می شود. این وضعیت باعث می شود ریه در همان سمت جمع یا فرو بیفتد و دچار مشکل در باز شدن طبیعی هنگام تنفس شود.



هموتوراکس زمانی رخ می دهد که خون در فضای بین ریه و دیواره قفسه سینه جمع شود. این حالت اغلب در اثر آسیب های قفسه سینه، جراحی یا بیماری های خاص ایجاد می شود.



آسیب ریه چه علائمی دارد؟

شدت علائم زیر برحسب میزان روی هم افتادگی ریه و گستردگی بیماری زمینه ای ریه متغیر است. هنگامی که پنوموتوراکس/هموتوراکس به آهستگی ایجاد شده باشد علائم ممکن است خفیف تر از زمان بروز ناگهانی آن می باشد :

- درد شدید قفسه سینه یا شانه، که با نفس عمیق یا سرفه بدتر می شود
- تنگی نفس
- پرش بینی (از تنگی نفس)
- رنگ مایل به آبی پوست به دلیل کمبود اکسیژن
- الگوهای تنفسی غیرطبیعی یا افزایش تلاش برای تنفس
- سبکی سر

آسیب ریه چگونه تشخیص داده می شود؟

وقتی پزشک به این وضعیت مشکوک می شود، اولین گام استفاده از تصویربرداری پزشکی است. یک عکس ساده از قفسه سینه به وضوح نشان می دهد که آیا هوا یا خون در فضای پلور جمع شده و ریه چقدر تحت فشار است. در موارد پیچیده تر، ممکن است برای ارزیابی دقیق تر، اسکن سی تی درخواست شود.

آسیب ریه چگونه درمان می شود؟

هدف اصلی درمان، هر چه سریع تر خارج کردن ماده اضافی (هوا یا خون) است تا ریه بتواند دوباره به طور کامل منبسط شده و به جایگاه طبیعی خود بازگردد. پنوموتوراکس و هموتوراکس کوچک ممکن است به مرور زمان خود به خود از بین برود و فقط به اکسیژن درمانی و استراحت نیاز داشته باشید. اما در صورت علائم شدیدتر رایج ترین و مؤثرترین روش، قرار دادن لوله قفسه سینه (چست تیوب) است. در این روش، یک لوله انعطاف پذیر کوچک در ناحیه مورد نظر قرار داده می شود تا به طور مداوم خون یا هوا را تخلیه کرده و به ریه اجازه دهد تا به آرامی منبسط شود. در موارد بسیار خفیف پنوموتوراکس، ممکن است تنها نیاز به تخلیه با یک سوزن باشد.

