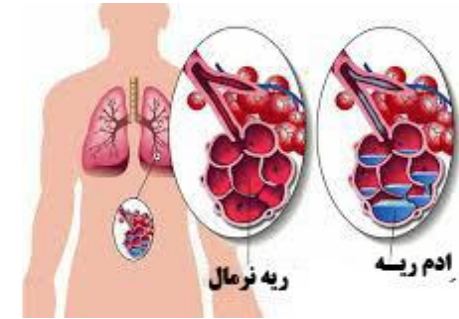


ادم ریه



ادم حاد ریه تجمع غیرطبیعی مایع در شش هاست که معمولاً "به علت نارسایی قلبی" به وجود می آید. ادم ریه حالتی است که در آن مقداری مایع به طور غیر عادی در ریه ها تجمع می یابد، این حالت نشان دهنده اختلال شدید کار قلب میباشد. از علل دیگر ادم ریه سکته قلبی، فشارخون بالا، بیماریهای درجه ای قلب، بیماریهای کبدی و کلیوی و ... می باشد.

*علائم بالینی ادم ریه چگونه میباشد؟

- تنگی نفس همراه با اضطراب
- درد قفسه سینه و طپش قلب
- احساس خفگی یا غرق شدگی
- خس خس سینه، سرفه، خلط کف آلود
- تشدید علائم در حالت خوابیده
- کوتاهی شدید تنفس و تنگی نفس که هنگام دراز کشیدن بدتر می شود
- اضطراب، دلهره و بیقراری
- ضریان قلب سریع و نامنظم

*ادم حاد ریه چگونه تشخیص داده می شود؟

پزشک یک معاینه بالینی انجام خواهد داد و با گوشی پزشکی به صدای ریه های شما گوش خواهد داد، تا به بررسی موارد زیر بپردازد:

- افزایش تپش های قلبی
- تنفس سریع
- صدای کراکل در ریه ها
- هرگونه صدای قلب غیر طبیعی

و در صورت وجود علائم ممکن است پزشک اقدامات زیر را درخواست نماید:

- آزمایش خون
- اکو قلبی برای بررسی فعالیت غیر طبیعی قلب
- عکس قفسه سینه برای مشاهده مایعات
- آزمایش خون برای بررسی مقدار اکسیژن خون
- نوار قلب برای بررسی مشکلات ریتم قلبی یا نشانه ای از حمله قلبی

آیا می توان از بروز ادم ریه پیشگیری کرد؟

با مصرف صحیح و به موقع داروها از بروز علائم جلوگیری کنید، همچنین در صورت بروز علائم زودرس احتقان ریه، سریعاً به پزشک مراجعه کنید.



- سرفه ی خشک
- شکایت از خستگی
- افزایش وزن
- تنگی نفس در زمان فعالیت
- تورم پا
- تجمع مایع در شکم
- تنگی نفس هنگام خواب

ممکن است از **علائم زودرس ادم ریه** باشد. در صورت مشاهده ی هریک از این موارد سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

درمان ادم ریه

باید خیلی سریع و اورژانسی انجام شود در غیر این صورت بیمار در اثر خفگی فوت می کند.

*ادم ریه چگونه درمان میشود؟

بیمار باید در بیمارستان بستری شده و با تجویز داروهای مانند ادرار آورها، گشاد کننده های عروقی داخل وریدی و اکسیژن به او کمک شود تا مایع اضافی دفع شده و تنفس بیمار بهتر گردد.

*داروهای در جهت کاهش اضطراب، کاهش جریان خون به سوی ریه و کاهش نیاز اکسیژن بدن
*داروهای ادرار آور برای کاستن از اضافه حجم خون در گردش و تجمع مایعات در ریه ها
*داروهای در جهت بالا بردن قدرت ضریان قلب
*آنتی بیوتیک ها (چنانچه ادم ریه در اثر عفونت بروز یافته باشد)

*داروهای نظیر گشاد کننده های عروقی و داروهای به منظور کاستن بار کاری قلب

*تجویز اکسیژن

نکات مهم خود مراقبتی

از پزشک و پرستار خود بخواهید نحوه ی صحیح استفاده از داروها و عوارض آنها را برای شما توضیح بدهد. رژیم غذایی تان کم نمک و کم چربی باشد از خوردن غذاهای کنسرو شده خودداری کنید از مصرف غذاهای نفاخ مثل حبوبات دوری کنید و از غذاهای پر از فیبر مثل کاهو و سبزیجات استفاده کنید. از نوشیدن مایعات به مقدار زیاد خودداری کنید.

در صورت استفاده از داروهای ادرار آور به دلیل تخلیه یونهای پتاسیم و منیزیم از غذاهای غنی از پتاسیم مثل گوشت، میوه جات (زردآلو طالی موز پرتقال و میوه های خشک...) استفاده کنید.

با نظر پزشک وزن خود را کنترل کنید و در صورت افزایش ۳ کیلوگرم در هفته به پزشکان معالج خود خبر بدهید.

از مصرف الکل، سیگار و تنباکو خودداری کنید.

از پیاده روی در هوای خیلی گرم یا خیلی سرد و هوای آلوده خودداری کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

ادم ریه

گروه هدف : بیماران و مراجعین

تهیه کننده : فاطمه جعفری ثانی

سوپروایزر آموزش سلامت

با همکاری حجت خلیقی دانشجوی پرستاری

دیماه ۱۴۰۱



تا پایدار شدن وضعیت بیماری استراحت کنید و پس از درمان، فعالیت های طبیعی خود را بتدریج از سر بگیرید
در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟
در صورت بروز تنگی نفس و یا خس خس سینه بدون وجود سرماخوردگی

منابع:

برونر سودرث

[HTTPS://WWW.NLM.NIH.GOV](https://www.nlm.nih.gov)

تاریخ بزرگری:

۱۴۰۲/۱۰/۱۵

شماره بزرگری:

۲

کلینیک آموزش سلامت بخش سی سی یو

دوشنبه ها ساعت ۱۰-۱۲

شماره تماس: ۰۵۶-۳۲۳۸۳۰۱۷

بطور منظم ورزش کنید ، قدم زدن و سایر فعالیت ها را به تدریج افزایش داده و مراقب باشید به اندازه ای نشود که باعث خستگی و تنگی نفس شما گردد.
در مرحله ی حاد بیماری نیاز است که استراحت کامل یا نسبی داشته باشید و در وضعیت نشسته یا نیمه نشسته قرار بگیرید. در طی دوره های استراحت پاهای خود را به منظور از جلوگیری از ادم ریه در سطح بالاتری قرار بدهید.
در صورتیکه در عرض ۳ دقیقه بعد از انجام ورزش تعداد ضربان قلب بیش از ۱۰۰ ضربه در دقیقه بود استراحت نمایید فشارخون خود را کنترل کنید .
در تاریخ های تعیین شده به پزشک خود مراجعه نمایید.

کنترل کلسترول خون

کلسترول یکی از انواع چربی ضروری برای سلامت بدن است اما سطوح بالاتر از حد نرمال باعث رسوب چربی در عروق شما می شود که مانع جریان خون آزادانه در بدن می شود تغییر در سبک زندگی می تواند سطح کلسترول شما را پایین نگه دارد که عبارتند از: محدود کردن چربی، مصرف بیشتر سبزیجات، میوه جات و ماهی و انجام ورزش منظم ترک سیگار و عدم مصرف دخانیات:

اگر سیگار می کشید و به تنهایی قادر به ترک آن نیستید، با پزشک خود در مورد برنامه هایی که به ترک عادت سیگار کشیدن کمک می کند مشورت کنید سیگار کشیدن می تواند خطر بیماری های قلبی عروقی را افزایش دهد از مصرف غذاهای حاوی نمک آماده (غذاهای کنسروی، کالباس، سوسیس)، نوشابه، آبمیوه های صنعتی، دوغ های آماده و غذاهای نفاخ خودداری کنید.

نکات مهم:

- از بیرون رفتن در هوای سرد، مکان های شلوغ و هوای آلوده خودداری کنید.
- از فعالیت هایی که تنگی نفس را در شما تشدید می کنند، خودداری کنید.
- داروهای تجویز شده را به موقع مصرف کنید.
- در صورت افزایش ورم پاها به پزشک مراجعه نمایید.