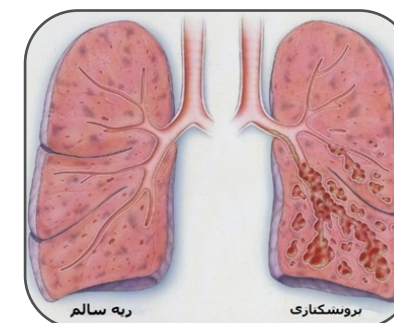




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز  
مرکز آموزشی و درمانی سردار سپهبد شهید حاج قاسم سلیمانی



مرکز آموزشی و درمانی

سردار سپهبد شهید حاج قاسم سلیمانی

## برونشکتازی

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴

شماره واحد آموزش به بیمار: ۰۲۶۳۵۷۷۱۱۲۵

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

### شرح بیماری:

- برونشکتازی عبارت است از يك نوع بیماری ریوی که در آن لوله‌های نایژه‌ای به طور مزمن بسته و ترشحات ضخیم در آن ها جمع می‌شود. عفونت ثانویه به این بیماری به دفعات رخ می‌دهد. این بیماری مسری نیست مگر اینکه بیماری سل نیز همراه آن وجود داشته باشد.

### علائم:

- سرفه مکرر همراه با خلط بد بو، سبز یا زرد (گاهی رگه‌های خون نیز در خلط دیده می‌شود).
- عفونت مکرر ریه، تنگی نفس، نفس بدبو
- احساس ناخوشی عمومی
- خستگی مکرر، کم‌خونی (شایع است)

### علل شایع:

- سیگار کشیدن
- عفونت‌های ریوی مکرر، برونشیت مزمن
- آلرژی‌ها
- دود یا گرد و غبار، استنشاق يك جسم خارجی
- بیماری سل، سرطان یا آبسه ریه، عفونت قارچی

### عوامل خطر:

- سیگار کشیدن
- تغذیه نامناسب
- چاقی
- سابقه خانوادگی بیماری سل
- خستگی یا کار زیاد

- قرار گرفتن در معرض مواد آلرژی‌زا

- هوای سرد و مرطوب

### عوارض احتمالی:

- بیماری انسدادی مزمن ریه
- ذات‌الریه مکرر
- تخریب بافت ریه

### تشخیص:

- کشت خلط
- تست‌های عملکرد ریوی
- سی.تی.اسکن قفسه سینه
- تصویربرداری با اشعه ایکس از قفسه سینه
- تست پوستی **توبرکولین**: جهت تعیین وجود عفونت حاصل از باسیل سل در بیمار
- آزمایش خون
- روشی برای بررسی عکس‌های آلتریک (حساسیتی نسبت به قارچ‌ها)
- آزمون‌های ژنتیکی از جمله تست عرق که از طریق نمونه‌برداری عرق و آزمایش محتویات آن صورت می‌گیرد.



- زیر پایه‌های جلویی تخت را 7/5-12/5 سانتیمتر بالا بیاورید تا ترشحات مخاطی در لوب‌های تحتانی ریه‌ها جمع نشوند.
- اگر کارهایی چون فریاد زدن، خندیدن با صدای بلند، گریه کردن، فعالیت شدید، یا تغییرات ناگهانی دمایی محیط موجب بروز حملات سرفه شوند، از آن‌ها اجتناب کنید.

## درچه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علائم برونشکنازی را دارید.
- اگر پس از تشخیص، دچار علائم عفونت ریوی یا برونشیت شده‌اید. این علائم شامل:
- تب، خلط خونی، زخیم‌تر شدن خلط علی‌رغم درمان، تغییر رنگ یا دیگر خصوصیات خلط
- افزایش درد سینه، بروز تنگی نفس بدون سرفه یا در زمان استراحت



- از مصرف اسیدهای چرب مضر موجود در روغن‌های جامد خودداری کنید.
- مصرف غلات فراوری یا تصویه شده را کاهش دهید و سعی کنید از انواع غلات کامل مانند جو دو سر، برنج قهوه‌ای، گندم کامل یا محصولات تهیه شده از غلات کامل مانند نان سبوس‌دار، نان جو و... استفاده کنید.



## دارو:

- آنتی‌بیوتیک برای ده روز ماهانه، در صورتی که عفونت باکتریایی باعث برونشکنازی شده باشد، یا موجب بروز ذات‌الریه یا برونشیت حاد شده باشد
- داروهای گشادکننده نایژه برای گشاد کردن راه‌های هوایی
- اکسپکتورانت برای رقیق و نرم کردن ترشحات

## مراقبت:

- در صورت بروز عفونت ریوی حتماً به پزشک مراجعه کنید.
- روش تخلیه ترشحات و خلط را با استفاده از تغییر وضعیت بدن فرا بگیرید و این کار را روزانه دو بار انجام دهید.

## درمان:

- هدف درمان کنترل عفونت و خلط و بازکردن مجرای تنفسی جهت کمک به تنفس می‌باشد.
- خارج کردن روزانه خلط‌ها یکی از روش‌های درمانی محسوب می‌شود. پزشک مربوطه شیوه انجام این کار را به شما آموزش می‌دهد.
- در برخی مواقع در صورت خونریزی شدید و بهتر نشدن علامت از طریق مصرف داروها، عمل جراحی برای درآوردن نواحی آسیب دیده در ریه صورت می‌گیرد.

## فعالیت:

- تا حد امکان فعالیت خود را حفظ کنید.

## رژیم غذایی:

- مایعات بیشتر بنوشید. روزانه حداقل 8 لیوان آب بنوشید. این کار موجب رقیق شدن ترشحات و آسان‌تر شدن تخلیه آن‌ها با سرفه می‌شود.
- رژیم غذایی سرشار از انواع میوه جات و سبزیجات داشته باشید.
- مصرف انواع غلات سبوس‌دار را افزایش دهید.
- از لبنیات کم‌چرب در رژیم غذایی خود استفاده کنید.
- مواد غنی از پروتئین مانند گوشت کم‌چرب، گوشت مرغ و دیگر پرندگان بدون پوست، محصولات فرآوری شده سویا، حبوبات، نخود آجیل و انواع دانه‌ها را مصرف کنید. تا جای ممکن گوشت مرغ را جایگزین گوشت قرمز کنید.
- مصرف نمک را محدود کنید.