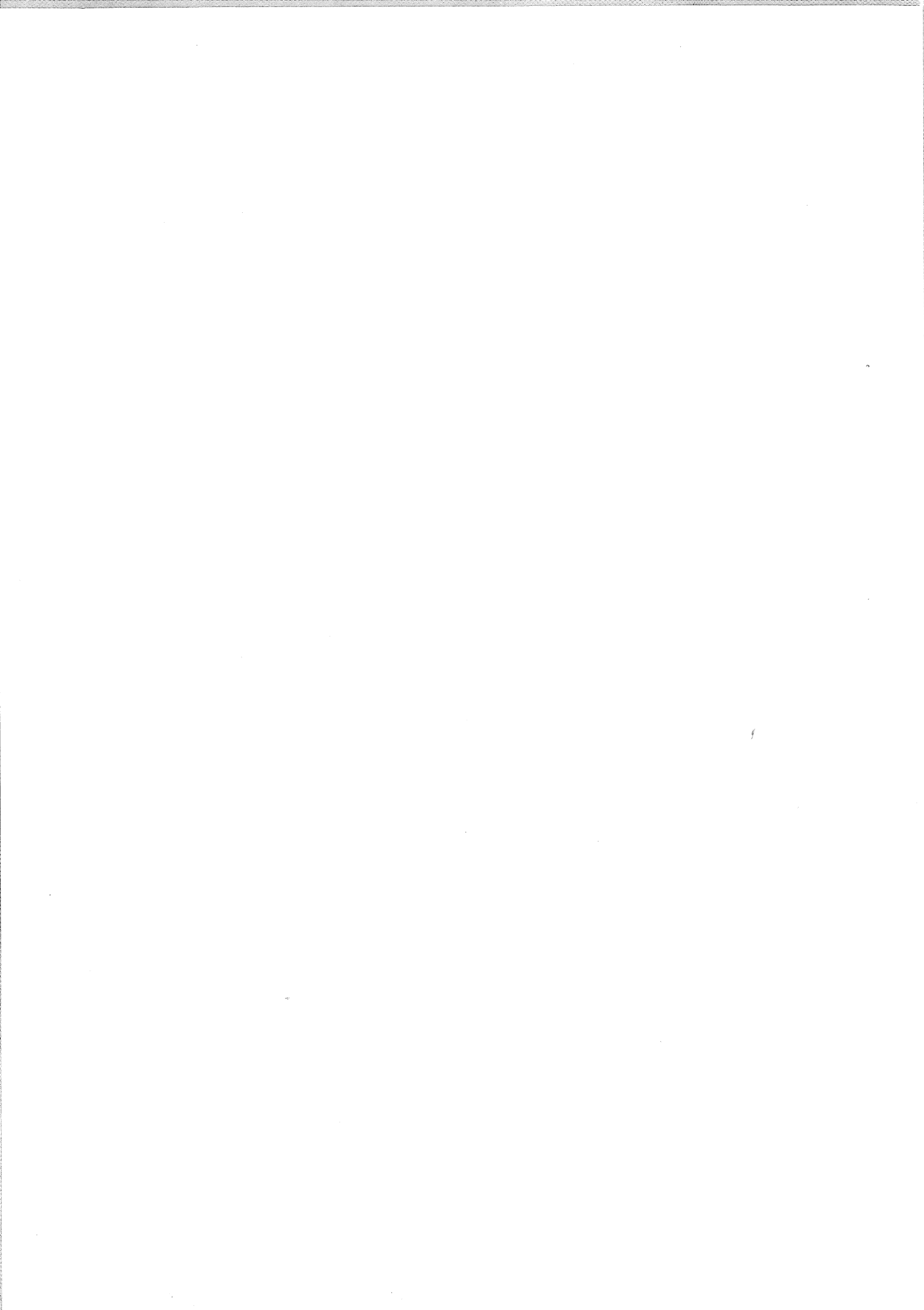




السنة الخامسة
مهارات التواصل

م 2+1



22 10 2017

تثقيف مريض الربو

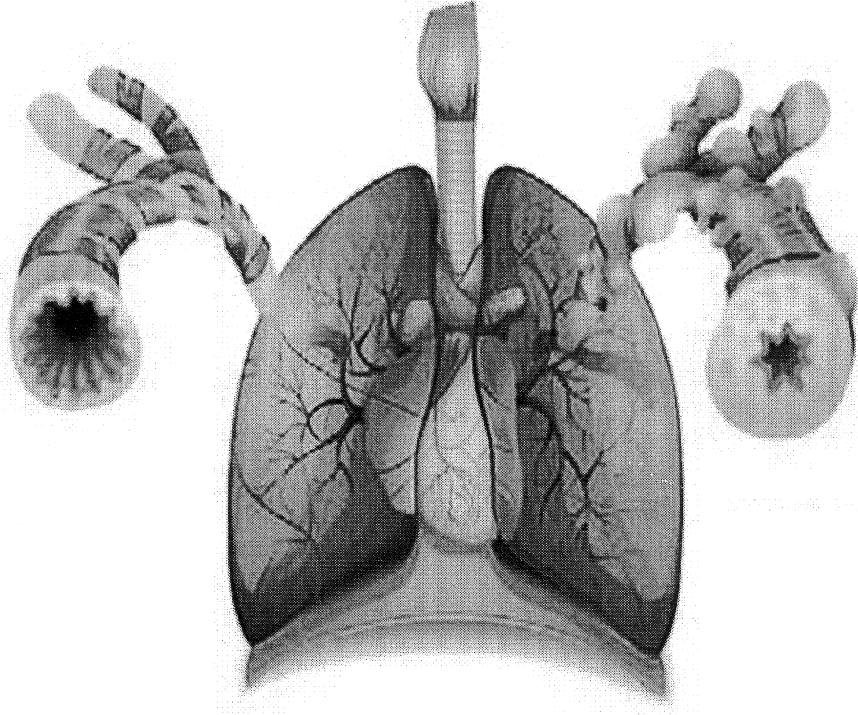
اللجنة الوطنية للأمراض الرئوية المزمنة

٢٠١٧-٢٠١٨

الربو مرض مزمن

- تكون القصبات متضيقه كما الصورة يمينا، بسبب التهاب مزمن وتشنج عضلات القصبات والقصيبات وتجمع المفرزات
- لذا يجب أخذ العلاج الوقائي اليومي لأشهر بالدرجة الأولى الكورتيزون الاستنشاقى.
- واطب على العلاج الوقائي تعود قصبته طبيعى بعد أشهر كما يسارا .
- لا تترك العلاج الوقائي الدائم
- خذ علاج عرضي عند الحاجة : مثلا بخاخ فنتولين

القصبة تنفتح بعد أخذ الكورتيزون الاستنشاقى لأشهر

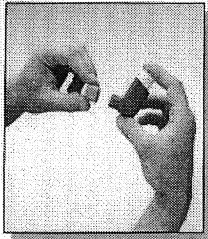


يقضى العامل الصحي وقتاً مع المريض

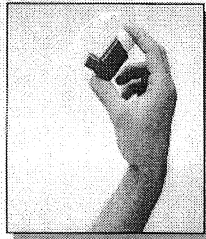
- اقرأ أنت ومريضك بطاقة المريض للعلاج الذاتي
- وأجعله يستعمل المنشقة أمامك ، وركز على أهمية المواظبة على العلاج ، و اشرح له أهمية وجود كورتيزون فموي في حوزته للاستعمال عند الشدة.
- أكد لمريضك أنه بحاجة الى دوائين استنشاقيين لعلاج الربو :
: وقائي يومي دائم يحوي بالتأكيد الكورتيزون الاستنشاقى
وعرضي عند الحاجة هو الموسع القصبي.

يعلمه طريقة استخدام المنشقة ويدعيه لتجربتها أمامه

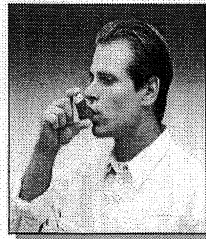
٣- طريقة استخدام البخاخ



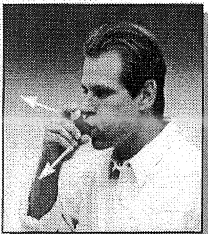
١- انزع السدادة



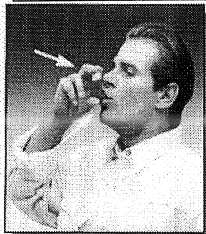
٢- رج البخاخ



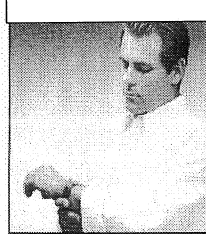
٣- ضعه في فمك أو أمامه



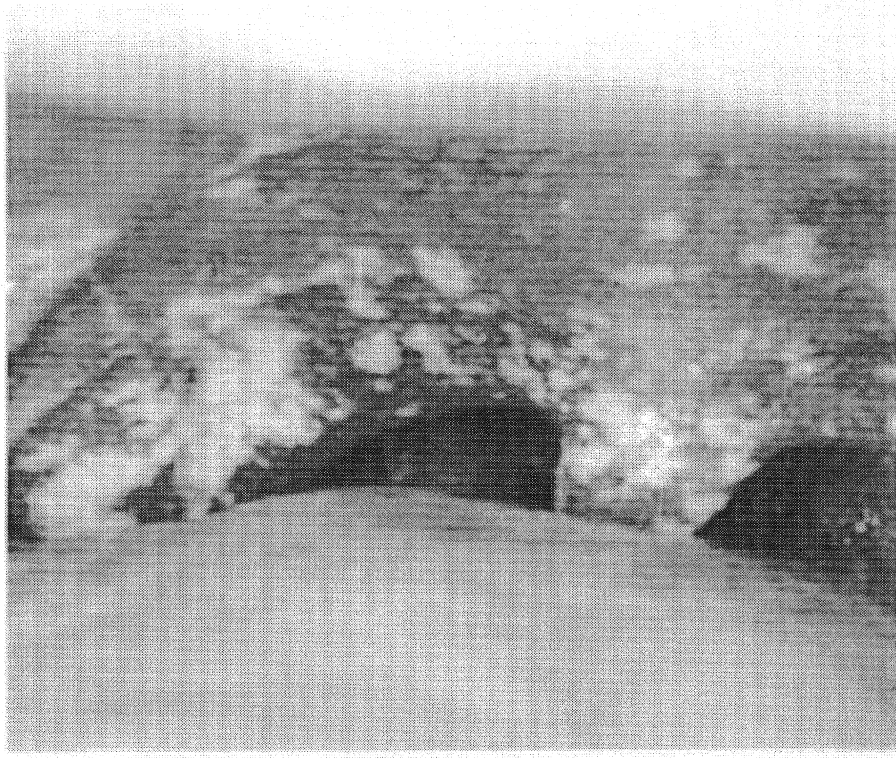
٤- أخرج الهواء من رئتيك



٥- عندما تبدأ بالاستنشاق
اضغط على اعلى البخاخ
واستمر بالتنفس ببطء

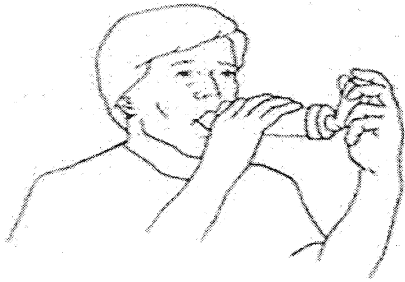


٦- احبس نفسك ١٠ ثوان ثم افرج
خارجاً



مضمض فمك بالماء بعد استعمال بخاخ الكورتيزون لتجنب الإصابة بالفطور

طريقة استخدام حجرة الاستنشاق



1. رج المنشقة وركبها على غرفة الاستنشاق AeroChamber .
 2. اضغط على أعلى المنشقة لترد دواء الربو داخل حجرة الاستنشاق
 3. خذ نفساً عميقاً واحبسه لمدة 10 ثواني
 4. قم بزفير
 5. تنفس بعمق مرة أخرى ولكن لا تضغط على المنشقة مرة أخرى
 6. كرر الخطوات الخمس الأولى لكل بخة
 7. عند الرضيع : اتركه يتنفس أو يبكي
- 10 ثوان



استعاضة عن غرفة الاستنشاق بزجاجة بلاستيك



- أحضر زجاجة بلاستيك قياس الـ لتر عتي الأقل وأحضر بخاخة.
- انزع غطاء فوهة البخاخة ثم ضعها على قاعدة الزجاجة وارسم شكل الفوهة عليه وقص مكانه، ثم ثبت البخاخة بعد خضها على الزجاجة قبل كل استعمال.
- فرغ رئتيك ثم عض على فم الزجاجة.
- أثناء النوب اضغط ٢-١٥ بخة حسب شدة النوبة، ثم تنفس عشرة ثوان بهدوء وعمق ثم ازفر. يعوض ذلك عن جهاز الارذاذ

الابتعاد عن المحرضات: في الربو



الابتعاد عن المحرضات: في الربو

- يجب أن تكون غرفة النوم مشمسة والفرش وأغطية الفراش قماش أملس غير مصوف
- حيث تغسل بدرجة حرارة ٦٠ مئوية كل أسبوع
- عدم وضع سجاد أو موكيت في غرفة النوم
- تستعمل مكنسة الكهرباء وان لم توجد فالمسح بالماء
- عدم وضع ألعاب ذات فراء.
- وبالتأكيد عدم التدخين في المنزل، واعلم أن الفلاتر لتنقية الهواء لا تفيد
- بالنسبة للمنظفات فيمكن استعمال الخل لمسح الأرض والبيكربونات للتنظيف والتبييض

العت البحري: في غبار أسس المنزل



• اسك ولم قلت يمكن الاتصال به اسكفا كمن ليه العروان الزاير PEAK FLOW.

معلومات المتابعة

خذ كل يوم ٢٥ مئة يتكرر مرتين مرتين ، صباحا ومساء
قبل التمرين، خذ بعض قشورين.

• قود درجة الحرارة بالاجابة على الأسئلة التالية ، في الأسبوع الماضي ، ان ظهر لك

ان حدث لك عند في التمرين (الرياضة) بسبب الربو؟ نعم لا

أعراض ربو يومية أكثر من مرتين أسبوعيا؟ نعم لا

استنظ ليبي بسبب الربو؟ نعم لا

حاجة إلى استخدام الأدوية العرضية السريعة أكثر من مرتين أسبوعيا؟ نعم لا

إذا رقيت العروان الأخطفي، ان كان لك من؟ نعم لا

إذا كنت الإجابة نعم لثلاثة أسئلة أو أكثر، الربو لديك غير مضبوطا، فراجع طبيك وربما تحتاج رجة المعالجة ولا تتفر في أخذ شوط من

التمرين القوي قويا في منزلك في حال نشأت أعراضك كثيرا ولم يبد بخاخ الستيرويد يمكنك الا سألنا

بشر تتصل بطبيب أو العائلة

• الحالة الخطرة (تفان شديد في السيطرة على حالة الربو، إذا حدث قصور شديد في التنفس، نستعين فقط البحث بعدل قصير.

• أو إذا حدثت نوبة شديدة من الربو لدرجة البلع

• اتصل بطبيبك/العائلة (اكتب رقم تليفون الطبيب)

- في بعض حالات، هناك من الذين يوزون قلوب

مناطق العلاج الذاتي

جيدوي (أو رسم) نماذج الأدوية الكرموي



- 1- الأستامينوفيل
- 2- الكورتيكوستيرويدات
- 3- الأستامينوفيل



الاسم: _____
التاريخ: _____
رقم هاتفك المنزلي: أو العمل: _____
يرجى ملاحظة: ما تسمى أو مسمى: _____

استعمال الأدوية والعلاج
الاسم: _____
التاريخ: _____
الوقت: _____

- 1- الأستامينوفيل
- 2- الكورتيكوستيرويدات
- 3- الأستامينوفيل



استعمال الأدوية والعلاج
الاسم: _____
التاريخ: _____
الوقت: _____



- 1- الأستامينوفيل
- 2- الكورتيكوستيرويدات
- 3- الأستامينوفيل



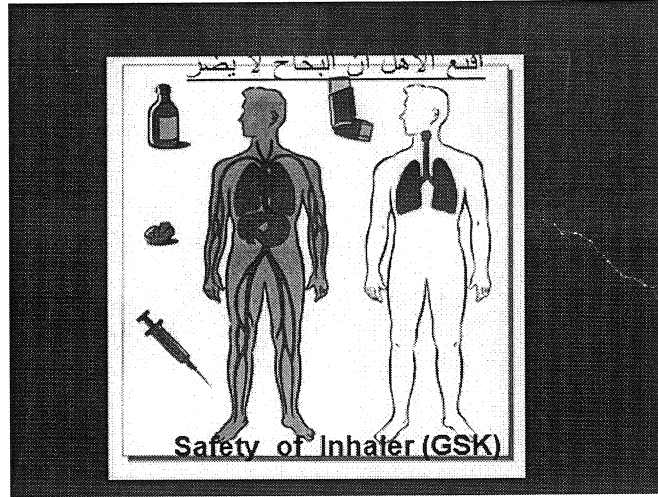
استعمال الأدوية والعلاج
الاسم: _____
التاريخ: _____
الوقت: _____



- 1- الأستامينوفيل
- 2- الكورتيكوستيرويدات
- 3- الأستامينوفيل



البخاخ وبالاخص البخاخ الكورتيزون الاستنشاقى لا يضر : اذ يبقى في القصبات



حجرة الاستنشاق ضروريه عند



البخاخ لا يضر طفلك بل سينمو طبيعيا

- الأطفال دون خمسة سنوات، لانهم لا يستطيعوا التنسيق الحركي اليدوي التنفسي
- عند المسن الذي يرجف يده
- عند من لا يجيد التنسيق
- في غرف الاسعاف

نوبة ربو عند طفل هندي : يحس بفيل على
صدره ???

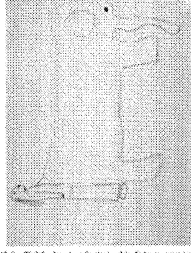


Figure 45-5 Child's drawing depicting his distress over asthma in the form of an elephant sitting on his chest.