



# الربو Asthma

هذه النشرة لغايات التثقيف الصحي فقط، و ليست لغايات التشخيص أو

العلاج

إعداد ومراجعة



العلاج بالأدوية:

1. مضادات الالتهاب مثل الكورتيزون.
  2. موسعات الشعب .
- تسهل مرور الهواء في الممرات الهوائية عن طريق ارتخاء العضلات الملساء وهي نوعان:
- منشطات بيتا 2 كالادريينالين
  - الميثيل زانثينات

التعايش مع الربو:

- عليك حمل دوائك داتك لمواجهة أي نوبة طارئة.
- تجنب العوامل المثيرة للربو كالغبار والبرد.
- ممارسة الرياضة بانتظام لأنها تحسن من توسع الرنتين وتسهل التنفس.
- تعتبر السباحة من أفضل التمارين بسبب البيئة الرطبة

المراجع:

- كتاب دليل صحة الأسرة، من إصدار كلية طب هارفارد، الطبعة الأولى، 2002، مكتبة جريز.
- كتاب الموسوعة الطبية للأسرة، د. بيتر فرمي و د. ستيفن شيفرد، الطبعة الأولى، 2004، أكاديميا انترناشونال.

## تعريف الربو:

هو مرض مزمن يصيب الممرات التي تقوم بنقل الهواء من وإلى الرئة. ويعاني فيها المصاب من صعوبات في التنفس نتيجة ضيق المجاري الهوائية وامتلائها بمادة مخاطية لزجة مما يعيق حركة الهواء داخل وخارج الرئة.

## الأعراض:

- أزيز ( صوت تصفير أثناء الزفير) وسعال غالباً في الليل وفي ساعات الصباح الأولى وبعد ممارسة الرياضة.
- ضيق في التنفس.
- ألم في الصدر.
- خوف وقلق.

## العوامل المثيرة للربو:

1. الحساسية (تشمل الغبار المنزلي – ووبر الحيوانات المغطاة بالفرو كالمقطط )
2. التعرض للهواء البارد
3. تلوث الهواء
4. دخان السجائر
5. الفلج والكرب
6. عدوى الجهاز التنفسي العلوي كالزكام والانفلونزا
7. عدوى الجهاز التنفسي السفلي كالالتهاب الرئوي والتهاب القصبات
8. في حالات نادرة تثير بعض الأطعمة كالحليب والبيض والقمح نوبة الربو
9. الحساسية من الاسبرين

## العلاج:

لا يوجد إلى الآن علاج شاف للربو ولكن يمكن التعايش معه بالأدوية والبعد عن المثيرات. هناك الكثير من حالات الربو عند الأطفال تتحسن مع مرور الوقت وتختفي عند البلوغ.