

مرض الربو

مايو 2021

ما هو الربو؟



الربو هو مرض يصيب الرئة،
ويؤدي إلى تضيق في الممرات
الهوائية وانتفاخها وإنتاجها
لمخاط إضافي.

معلومات عامة



معلومات عامة حول مرض الربو:

1. غير مرتبط بمرحلة عمرية معينة ويمكن أن يصيب الإنسان في أي عمر.
2. ليس مرضاً خاصاً بمرحلة الطفولة؛ ويمكن التغلب عليه مع تقدم الطفل في العمر.
3. مرض غير معدٍ.
4. يمكن للالتهابات الفيروسية أن تسبب الربو.
5. يمكن للمصاب بالربو ممارسة الرياضة بشكل طبيعي، حالة السيطرة على نوباته.
6. في معظم الأحيان يمكن السيطرة على الربو بجرعة بسيطة من الكورتيزون.

الأعراض



أعراض الربو



الحساسية



نزلة برد



السعال المتكرر



مشاكل خلال النوم



الصفير



صعوبة في التنفس



ألم في الصدر

5 نصائح



لا توجد طريقة للوقاية من الربو، ولكن يمكن التحكم في نوباته بخمس خطوات رئيسية:

- اتباع خطة العلاج، وأخذ الأدوية كما هو مقرر من الطبيب.
- تحديد وتجنب محفزات نوبات الربو.
- الحصول على لقاح الأنفلونزا والالتهاب الرئوي.
- مراقبة التنفس وتحديد علامات التحذير الأولية لنوبة الربو.
- علاج نوبات الربو في وقت مبكر واستشارة الطبيب إذا كانت نوبات الربو متكررة لتغيير خطة العلاج.

المحفزات



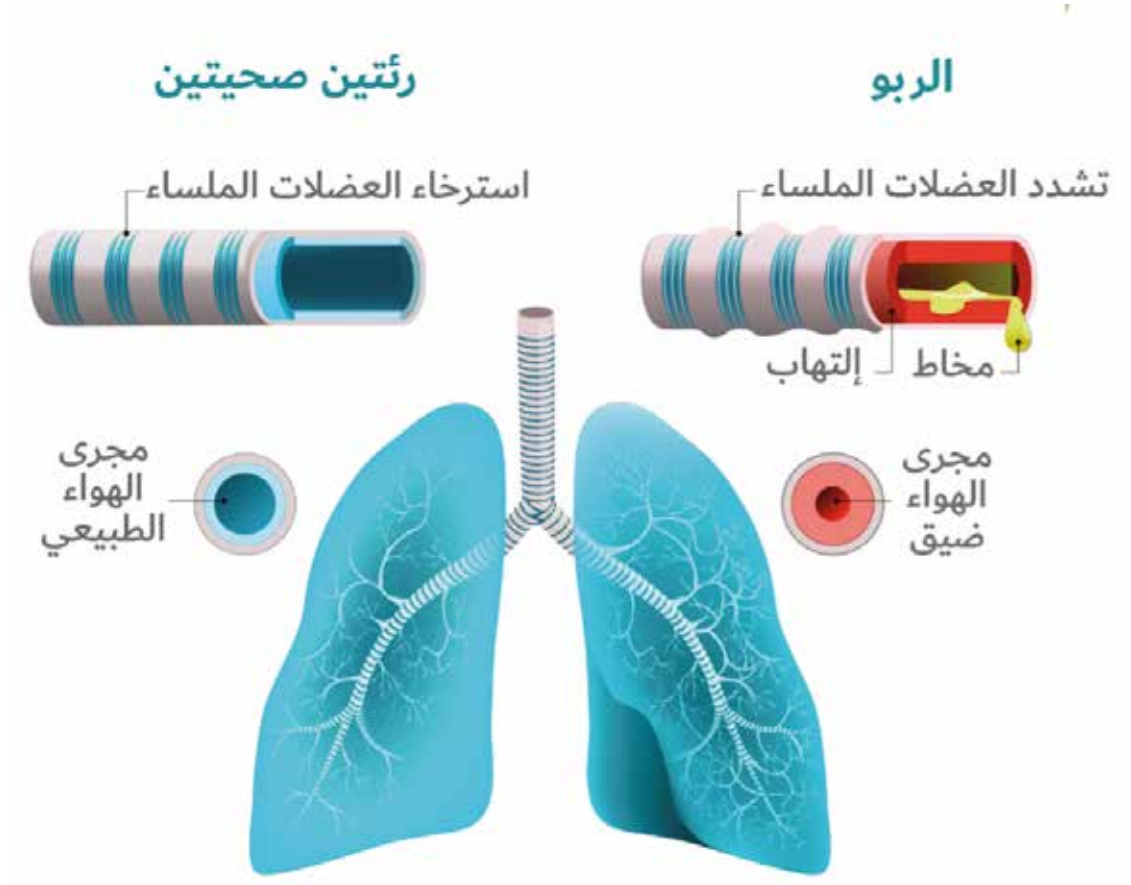
أسباب ومحفزات الربو:

- الوجبات الدسمة
- الغبار
- الحيوانات الأليفة
- البكتيريا والفيروسات
- التلوث
- التدخين
- المواد الكيميائية المنزلية
- الاستعداد الجيني
- التهابات الجهاز التنفسي
- النشاط البدني

الشعب الهوائية



الفرق بين الشعب الهوائية بين مريض الربو والغير مصاب بالربو



نصائح خلال تقلبات الطقس

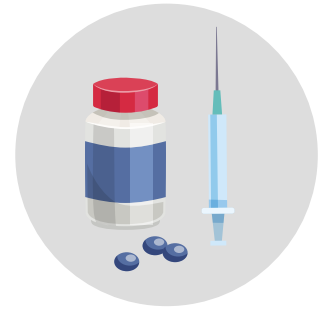


نصائح لمرضى الربو خلال تقلبات الطقس

اجعل بخاخ الربو معك دائماً
تحسباً لأي طارئ



التزم بالدواء حتى مع عدم
وجود أعراض للتهيج.



توجه إلى المركز الصحي في
حالة عدم استجابة نوبة الربو
للبخاخ.



نصائح خلال جائحة كوفيد-19



نصائح لمرضى الربو خلال جائحة كوفيد-19

- ضرورة أخذ التطعيم ضد كوفيد-19
- الالتزام بخطة علاج الربو الخاصة بك
- عدم إهمال المواعيد المقررة مع الطبيب المعالج
- الالتزام بأدويةك حتى عند عدم وجود أعراض للتهيج
- تجنب محفزات الربو، وخاصة أعمال تنظيف المنزل