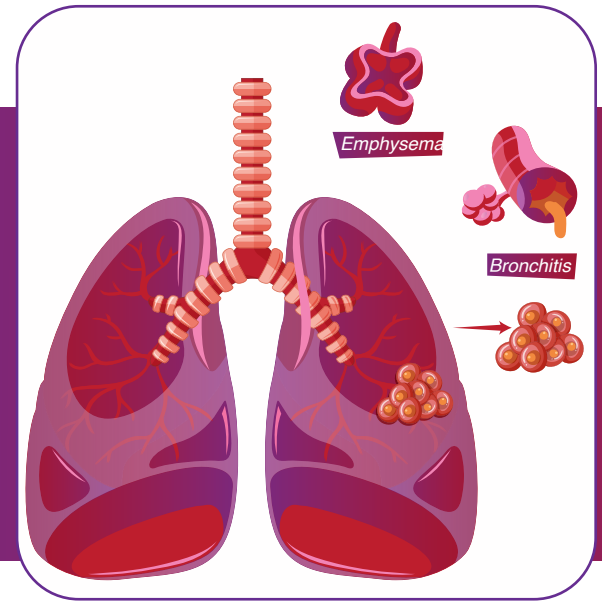
الانسداد الرئوي المزمن



ما هو مرض الانسداد الرئوي المزمن؟

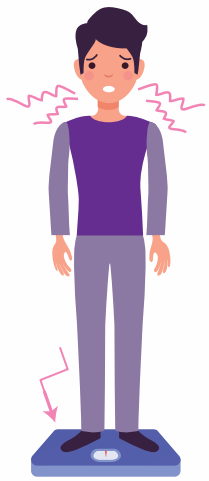
الانسداد الرئوي المزمن (COPD) هو مرض يؤثر على الرئتين، ويمكن الوقاية منه وعلاجه. يحدث هذا المرض نتيجة تعرض الرئتين لجزيئات أو غازات ضارة، مما يؤدي إلى الالتهاب. يتميز هذا المرض بتطوره التدريجي وصعوبة التحكم فيه، مما يتسبب في انسداد مستمر ومزمن للجهاز التنفسي، مع عدم الاستجابة أو انخفاض الموسعات الشعب الهوائية.

ما هي أسباب حدوث الانسداد الرئوي المزمن:

- يعتبر التدخين من أهم الأسباب التي تؤدي للإصابة بمرض الانسداد الرئوي.
- التعرض لدخان التبغ (بما في ذلك التدخين غير المباشر).
- التعرض المستمر أثناء مرحلة الطفولة لمختلف أنواع العدوى التي تصيب الجهاز التنفسي السفلي.
- التعرض طويل الأمد لمهيجات الرئة مثل تلوث الهواء والمواد الكيميائية والتعرض للوقود الحيوي أو الغبار من البيئة أو من مكان العمل.
- العمر: إذا كان عمر الشخص 40-35 سنة فأكثر، تزيد فرصة الإصابة بمرض الانسداد الرئوي المزمن.
- الوراثة.

الأعراض

في البداية، قد لا يسبب مرض الانسداد الرئوي المزمن أعراضًا أو قد تكون الأعراض خفيفة فقط. ولكن، مع تقدم المرض، تصبح الأعراض أكثر حدة. تشمل الأعراض الشائعة ما يلي:



- فقدان الوزن.
- التهابات الجهاز التنفسي المتكررة أو المزمنة.
- صوت صفير مع التنفس.
- السعال المزمن المصحوب بالبلغم.
- ضيق في التنفس.

المضاعفات:

مرضى الانسداد الرئوي المزمن معرضون للإصابة بمشاكل صحية أخرى وتشمل:

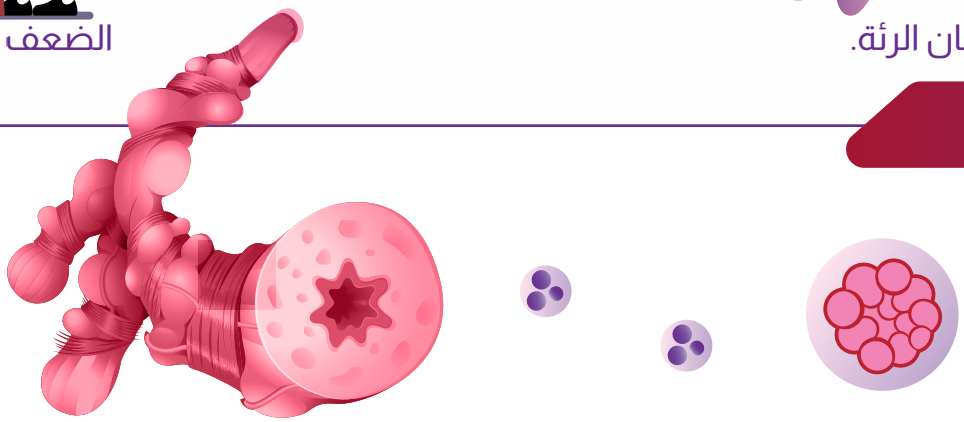
التهابات الجهاز التنفسي مثل الأنفلونزا والالتهاب الرئوي.

اضطرابات في القلب.

الاكتئاب.

سرطان الرئة.

الضعف العام.



الوقاية:

تشمل طرق الوقاية من مرض الانسداد الرئوي المزمن ما يلي:

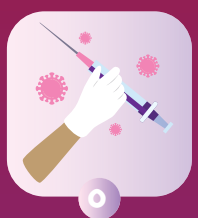
١. تجنُّب التدخين أو التوقف عنه فورًا.

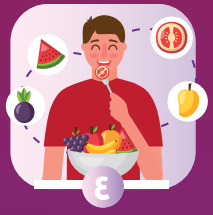
٢. تجنب التدخين السلبي.

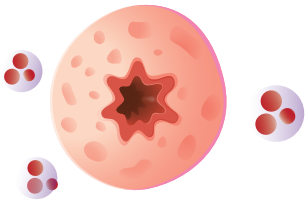
٣. الحد من التعرض لمهيجات الرئة.

٤. تناول طعام صحي مثل الفواكه والخضروات واللحوم (مثل الأسماك والدواجن).

٥. أخذ لقاح الأنفلونزا الموسمية للوقاية من التهابات الجهاز التنفسي المتكررة.







التشخيص

يعتمد تشخيص مرض الانسداد الرئوي المزمن على:

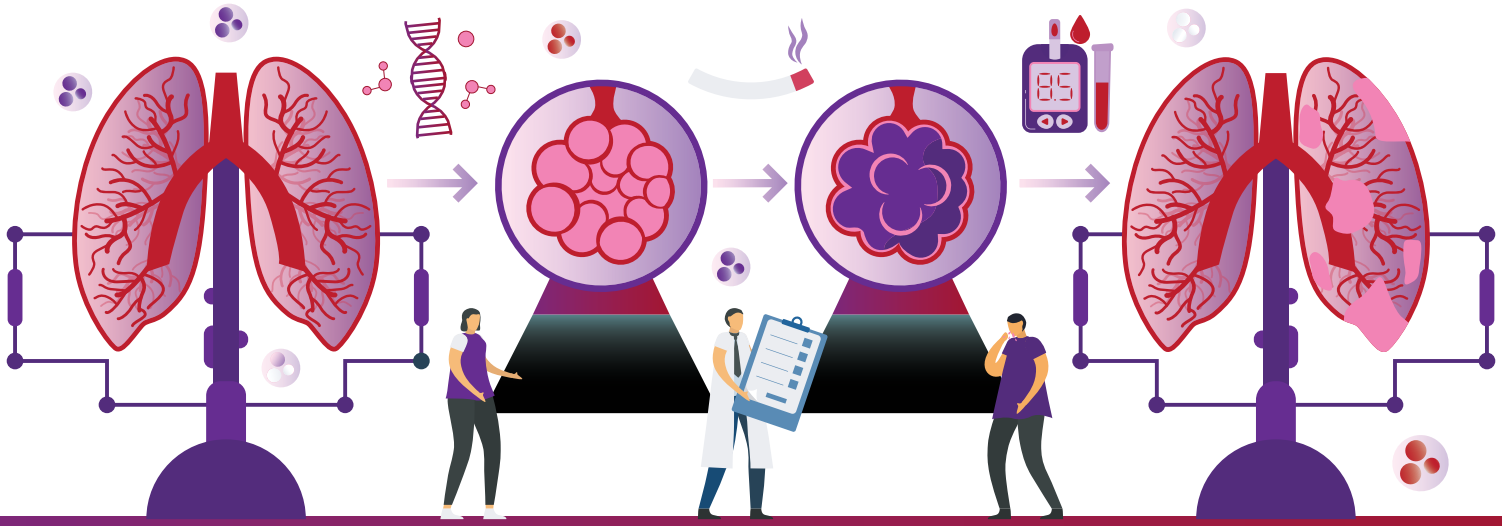
أ **العلامات والأعراض:** مثل السعال والصفير.

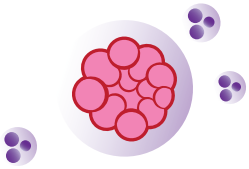
ب **التاريخ العائلي والطبي:** التدخين والتعرض للمهيجات.

ج **الاختبارات:**

- قياس التنفس وهو اختبار يقيس عمق التنفس لدى الشخص، وسرعة دخول الهواء إلى رئتيه وخروجه منهم.
- تصوير الصدر بالأشعة السينية أو الفحص بالتصوير المقطعي المحوسب. حيث يمكن أن يساعد في تشخيص انتفاخ الرئة.

تحليل غاز الدم الشرياني والذي يُقيِّم جودة توصيل الأكسجين إلى الرئتين وإزالة ثاني أكسيد الكربون.





العلاج

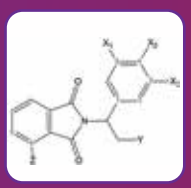
١ الأدوية:

تُستخدم العديد من الأدوية لعلاج مرض **الانسداد الرئوي المزمن**:

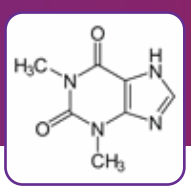
- البخاخات الموسعة للشعب الهوائية والتي تساعد على استرخاء العضلات في القنوات الهوائية.

- الستيرويدات التي تؤخذ عن طريق الاستنشاق تقلل من التهاب الشعب الهوائية، وتساعد على منع تطور الحالة وزيادتها سوءًا.

- أجهزة الاستنشاق المركبة و تشمل موسعات الشعب الهوائية مع الستيرويدات التي تؤخذ عن طريق الاستنشاق.

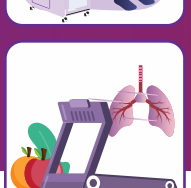


- الستيرويدات عن طريق الفم تساعد في تقليل التهاب الشعب الهوائية، وتمنع تطور الحالة وزيادتها سوءًا.



- مثبطات فسفودايستراز4-، وهذا نوع جديد من الأدوية المعتمدة للأشخاص الذين يعانون من مرض الانسداد الرئوي المزمن الشديد، ويقلل التهاب الشعب الهوائية.

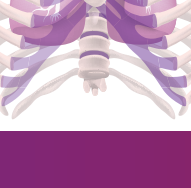
- الثيوفيلين. وهذا الدواء يساعد على تحسين التنفس ويمنع تفاقم المرض.



- المضادات الحيوية تعمل على علاج عدوى الجهاز التنفسي، وتمنع زيادة أعراض المرض.

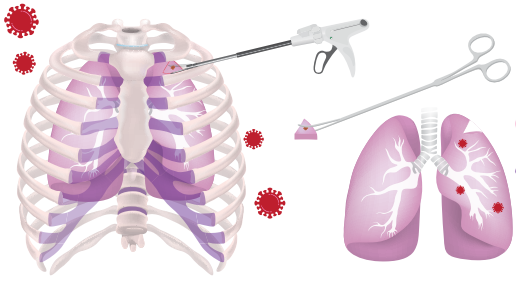
٢ العلاج الرئوي:

- العلاج بالأكسجين: والذي يعطى في حال نقص الأكسجين، وعند ضيق التنفس للمساعدة على تحسين الوضع الصحي لمرضى الانسداد الرئوي.



- برنامج التأهيل الرئوي: وهو عبارة عن مجموعة من الأنشطة التي تشمل التوعية، والنشاط البدني، واستشارات التغذية، تحت إشراف مجموعة من الأخصائيين بهدف تحسين حياة المرضى.

٣ الجراحة:



بالنسبة للأفراد الذين يعانون من أنواع معينة من **انتفاخ الرئة** الشديد والذي لا يستجيب بشكل كافٍ للعلاج الدوائي بمفرده، يصبح اللجوء إلى الجراحة خيارًا ممكنًا.