



نکات مهم:

- از بیرون رفت در هوای سرد، مکان های شلوغ و هوای آلوده خودداری کنید.

- از فعالیت هایی که تنگی نفس را در شما تشدید میکند، خودداری کنید.

- داروهای تجویز شده را به موقع مصرف کنید.

- در صورت افزایش ورم پاها به پزشک مراجعه نمایید.

- تا پایدار شدن وضعیت بیماری استراحت کنید و پس از درمان، فعالیت های طبیعی خود را بتدریج از سر بگیرید.

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

در صورت بروز تنگی نفس و یا خس خس سینه بدون وجود سرماخوردگی

نکات خودمراقبتی در بیماری ادم ریه

*کنترل کلسترول خون:

کلسترول یکی از انواع چربی ضروری برای سلامت بدن است اما سطوح بالاتر از حد نرمال باعث رسوب چربی در عروق شما میشود که مانع جریان خون آزادانه در بدن میشود تغییر در سبک زندگی میتواند سطح کلسترول شما را پایین نگه دارد که عبارتند از: محدود کردن چربی، مصرف بیشتر سبزیجات، میوه جات و ماهی و انجام ورزش منظم

*ترک سیگار و عدم مصرف دخانیات:

اگر سیگار میکشید و به تنهایی قادر به ترک آن نیستید، با پزشک خود در مورد برنامه هایی که به ترک عادت سیگار کشیدن کمک میکند مشورت کنید سیگار کشیدن می تواند خطر بیماری های قلبی عروقی را افزایش دهد.

رژیم غذایی سالم شامل یک رژیم کم نمک، کم چربی، کم شکر، سرشار از میوه جات، سبزیجات و غلات داشته باشید جهت خوش طعم شدن غذاها از آبلیمو، گیاهان معطر و استفاده کنید

از مصرف غذاهای حاوی نمک آماده (غذاهای کنسروی، کالباس، سوسیس، نوشابه، آبمیوه های صنعتی، دوغ های آماده و غذاهای نفاخ خودراری کنید.



ادم ریه

مرکز آموزشی درمانی آیت اله کاشانی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۳۲۲۶۴۸۲۵-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار

کد: PE/IN -KH-01-44

ادم ریوی چیست؟

ادرم ریه بیماری ناشی از تجمع غیرطبیعی مایع در ریه ها است که معمولاً به علت نارسایی قلب بوجود می آید

علائم شایع ادم ریوی کدامند؟

- علائم ادم ریه ناگهانی:
- کوتاهی شدید تنفس و تنگی نفس که هنگام دراز کشیدن بدتر می شود
- احساس خفگی یا غرق شدگی
- خس خس سینه، سرفه، خلط کف آلود
- اضطراب، دلهره و بیقراری
- ضربان قلب سریع و نامنظم

تشخیص ادم ریه چگونه صورت میگیرد؟

پزشک یک معاینه بالینی انجام خواهد داد و با گوشی پزشکی به صدای ریه های شما گوش خواهد داد، تا به بررسی موارد زیر بپردازد:

- 1-افزایش تپش های قلبی
- 2-تنفس سریع
- 3-صدای کراکل در ریه ها
- 4-هرگونه صدای قلب غیر طبیعی و در صورت وجود علائم ادم ریوی ممکن است پزشک شما جهت تایید بیماری اقدامات زیر را درخواست نماید:
- 1-آزمایش خون
- 2-اکو قلبی برای بررسی فعالیت غیر طبیعی قلب
- 3-عکس قفسه سینه برای مشاهده مایعات
- 4-آزمایش خون برای بررسی مقدار اکسیژن خون
- 5-نوار قلب برای بررسی مشکلات ریتم قلبی یا نشانه ای از حمله قلبی

ادم ریوی چگونه درمان می شود؟

درمان در جهت کاهش مایعات جمع شده در ریه، بهبود عملکرد قلب و ریه و اصلاح هر گونه اختلال زمینه ای طرح ریزی میگردد.

درمان دارویی:

داروهای زیر ممکن است تجویز گردند:

- داروهایی در جهت کاهش اضطراب، کاهش جریان خون به سوی ریه و کاهش نیاز اکسیژن بدن
- داروهای ادرار آور برای کاست از اضافه حجم خون در گردش و تجمع مایعات در ریه ها
- داروهای در جهت بالا بردن قدرت ضربان قلب
- آنتی بیوتیک ها (چنانچه ادم ریه در اثر عفونت بروز یافته باشد)
- داروهای نظیر گشاد کننده های عروق و داروهای به منظور کاست بار کاری قلب
- تجویز اکسیژن

