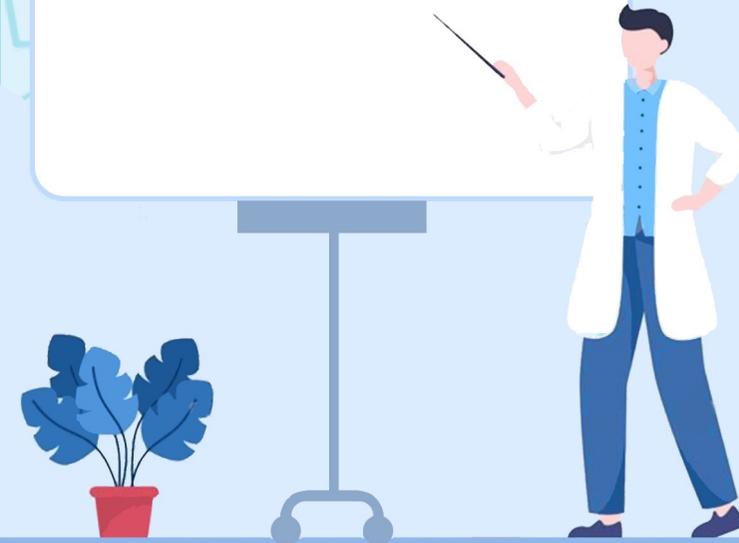


آسم در کودکان



آسم در کودکان چیست؟

آسم یک بیماری است که تنفس را دشوار می کند. این بیماری زمانی اتفاق می افتد که راه های کوچک هوایی ملتهب و متورم شوند و این علت، ورود و خروج هوا را مشکل می کند. همچون آلرژی، آسم می تواند توسط مواد موجود در هوا نیز ایجاد شود.

عوامل شایع ایجاد کننده آسم:

گرد و غبار، گرده گیاهان و خز حیوانات.

سایر چیزهایی که می تواند سبب نشانه های آسم شود: دود سیگار، آلودگی هوا، ورزش و یا بیماری (مثل سرماخوردگی).

ممکن است کودکان زیر سنین ۵-۶ سال مشکلاتی مثل خس خس سینه داشته باشند، اما خس خس سینه همیشه نشانه آسم نیست. نوزادان و بچه های کوچک اغلب وقتی دچار سرماخوردگی هم می شوند در تنفس خس خس می کنند. بهتر است که دارو های ضد آسم به آنها داده نشود مگر اینکه تشخیص قطعی بر آسم داشته باشند.

علائم آسم چیست؟

نشانه های آسم از بچه ای به بچه دیگر متفاوت است. بعضی از بچه ها فقط سرفه می کنند.

سایر نشانه ها شامل: خس خس سینه، سختی در تنفس و یا احساس تنگی در قفسه سینه.

بچه هایی با آسم خفیف ممکن است فقط گاه به گاه سرفه کنند یا خس خس سینه داشته باشند. در بچه هایی با آسم شدیدتر، ممکن است علائم موجب غیبت از مدرسه شود.

علائم آسم در بعضی از بچه ها در طی زمان بدتر میشوند.

علائم حمله بیماری عبارتند از:

تقلا در نفس کشیدن، مشکل در صحبت کردن یا داشتن ضربان قلب تند. کودک ممکن است گیج شود یا بستر ناخن ها و لبهایش کبود شود. اگر هر کدام از این علائم بارز شد، کودک به درمان اورژانسی نیاز دارد. سریعا با ۱۱۵ تماس بگیرید. اگر همیشه نگران حمله آسم در کودکان هستید، بهتر است نزدیک بیمارستان اقامت کنید.

درمان آسم چیست؟

اکثر داروهای آسم به صورت استنشاقی هستند. بوسیله استنشاق دارویی که در یک ظرف فلزی نگهداری می شود و به قطعه پلاستیکی وصل می شود که داخل دهان قرار می گیرد، دارو مورد استفاده است.

• اسپری های سریع الاثر:

اکثر بچه های آسمی اسپری سریع الاثر آبی دارند. این اسپری باعث رفع علائم آسم می شود. کودک به ۲-۴ پاف برای رفع علائم نیاز دارد.

کودک همیشه باید این اسپری را به همراه داشته باشد. در بعضی از مدارس اسپری کودک آسمی نزد معلم یا مربی بهداشت نگهداری می شود، ولی بهتر این است که اسپری نزد کودکان باشد تا امکان دسترسی سریع به آن را داشته باشند.

اسپری های سریع الاثر شامل داروهایی مثل سالبوتامول یا تربوتالین هستند که سریعا تنفس را طبیعی می کنند. اگر آسم کودک خفیف باشد، تنها یکی از این اسپری ها کفایت می کند. این اسپری ها معمولا عوارض جدی ندارند ولی ممکن است باعث افزایش ضربان قلب و گاهی لرزش خصوصا در دستان شوند. اگر کودک اسپری را درست قبل از خواب استفاده می کند، ممکن است خواب راحتی نداشته باشد.

• اسپری های پیشگیری کننده:

علاوه بر اسپری های سریع الاثر ممکن است پزشک درمانی برای پیشگیری از علائم نیز توصیه کند. بهترین درمان پیشگیری کننده اسپری های استروئیدی است. تحقیقات زیادی نشان داده که اسپری های استروئیدی به جلوگیری از حملات آسم، کاهش خس خس سینه و همچنین بهبود کار ریه کودک کمک می کند و اغلب نیاز کودک را به اسپری سریع الاثر قطع می کند.

اسپری های استروئیدی اگر به تنهایی استفاده شوند، موجب قطع حمله های آسم نمی شوند. چرا که تاثیر آنها به آهستگی است.

* اگر کودک دچار نشانه های آسم شده، باید از اسپری سریع الاثر استفاده کنید.

* استروئیدها در بلند مدت به پیشگیری از علائم آسم کمک می کند.

اگر درمان کودکانم ثمربخش نبود ، چه کنم ؟

اگر کودک از یک اسپری سریع الاثر یا استروئیدی استفاده می کند ولی هنوز علائم آسم وجود دارد ، باید پزشک مجددا او را ویزیت کند . پزشک نحوه ی استفاده از اسپری را از شما جویا می شود . اگر در نحوه ی استفاده از اسپری مشکلی وجود نداشت ، درمان های دیگری برای کودک تجویز می کند. همچنین توصیه می شود از عواملی که باعث شروع آسم می شوند مثلا حیوانات یا تنباکو دوری شود. اگر کودکان حمله آسم داشت ، اولین اقدام استفاده از اسپری سریع الاثر است . اگر اسپری کمک کننده نبود ، سریعا به بیمارستان یا پزشک مراجعه کنید . درمان های خوبی برای حمله آسم در این مکان ها وجود دارد.

اوضاع بیماری کودکانم در آینده چگونه است؟

بیشتر کودکان خیلی راحت زندگی می کنند و آسم مانع فعالیت روزانه آن ها حتی ورزش نمی شود.

اگر یک حمله شدید آسمی رخ دهد ، کودک باید در بیمارستان بستری شود. اگر حمله آسم به خوبی درمان نشود ، ممکن است خطرناک باشد. ولی به ندرت موجب مرگ می شود. حداکثر ۳/۴ کودکان آسمی زمانی که بالغ می شوند ، بهبود میابند. ولی دختران و کودکان با آسم شدید احتمالا در بزرگسالی نیز این مشکل را دارند.

شایع ترین عارضه جانبی استروئید های استنشاقی ، زخم دهان است . که توسط یک قارچ به نام برفک ایجاد می شود. ولی این عارضه جدی نیست و به آسانی درمان می شود. این عارضه در صورت شستن دهان بعد از مصرف اسپری کاهش میابد.

بعد از گرفتن استروئید ممکن است صدا کمی خشن شود.

در خیلی از موارد مصرف استروئید موجب توقف عملکرد غده آدرنال کودک می شود. غده آدرنال هورمون هایی می سازد که باعث بهبود عملکرد قلب و کلیه می شود . همچنین در تنظیم مصرف انرژی دز بدن موثر است. ولی مشکل در غده آدرنال فقط در کودکانی رخ می دهد که مصرف استروئیدشان بیش از حد طبیعی بوده است.

چگونه از استروئید استنشاقی استفاده کنیم ؟

بهتر است کودک در حالت ایستاده این کار را انجام دهد. ابتدا اسپری را تکان داده سپس درپوش آن را بردارید . سینه را از هوا خالی کنید(بازدم) . اسپری را در دهان بگذارید . بهتر است چانه به سمت بالا باشد . آرام نفس بکشید و شاستی را فشار دهید . اسپری را از دهان درآورده و نفستان را به مدت ۱۰ ثانیه نگه دارید.

بعضی از اسپری ها نیاز به فشار دادن شاستی ندارند و به صورت اتوماتیک ، زمانی که کودک نفس می کشد ، فعال می شود . در این نوع نیز باید کودک نفسش را ۱۰ ثانیه بعد از استنشاق دارو نگه دارد.

اسپیسر (آسم یار یا دم یار) وسیله ای است که استفاده از دارو را ساده تر می کند و برای کودکان ۵-۶ ساله توصیه می شود.

اسپیسر یک ظرف پلاستیکی در سایز یک لیوان است . یک سمت آن یک سوراخ است که اسپری را در برمیگیرد و سمت دیگر آن محل قرارگیری دهان است.

داروی آسم با فشار دادن شاستی ، وارد محفظه اسپیسر شده و با هوای داخل آن مخلوط می شود. این وسیله مدت زمان بیشتری را برای استنشاق دارو در اختیار فرد قرار می دهد چون فرد با نفس های بیشتری دارو را دریافت می کند.



انواع دیگری از اسپری ها و همچنین قرص هایی برای پیشگیری از آسم وجود دارد . اما آنها به خوبی استروئیدها در پیشگیری از علائم آسم نیستند .

اسپری های استروئیدی معمولا قهوه ای اند ، گرچه بعضی از آن ها به رنگ بژ ، نارنجی و یا قرمز هستند. بیشتر انواع آنها را باید ۲-۱ بار در روز استفاده کرد.

نام برخی از اسپری های استروئیدی :

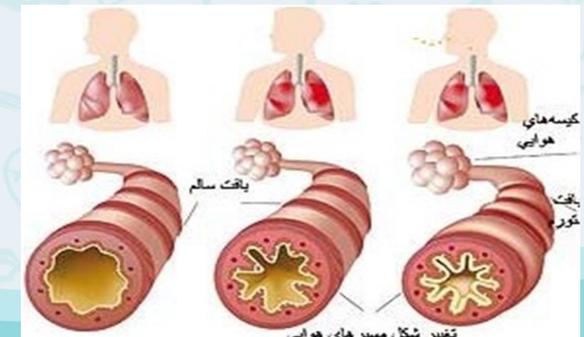
بکلومتازون ، بودزونید و فلوتیکازون .

پزشکان در کودکانی که حملات شدید آسمی دارند از این داروها استفاده می کنند . مثلا کودکانی که بیش از ۲-۳ بار در هفته نیاز به اسپری سریع الاثر دارند یا مشکلاتی در خواب دارند. برای به حداقل رساندن عوارض جانبی در کودک ، پزشک او کمترین دوز ممکن استروئید را برایش تجویز خواهد کرد.

عوارض جانبی استروئیدها :

خیلی از والدین نگران عوارض جانبی استروئیدها در کودکان هستند . باید به والدین یادآور شویم که استروئیدهایی که کودکان آسمی مورد استفاده قرار می دهند با استروئیدهایی که توسط بدنسازان یا بزرگسالان مصرف می شود ، متفاوت اند. آنها استروئیدهای عضله ساز هستند و اما استروئیدهای مورد استفاده در کودک آسمی ، کورتیکواستروئیدهایی هستند که خیلی شبیه به استروئیدهای طبیعی بدن اند.

بعضی از تحقیقات نشان می دهد که کورتیکواستروئیدها در شروع درمان می توانند سرعت رشد کودک را کاهش دهند. ولی مطالعات طولانی مدت نشان داده که در نهایت قد این کودکان به حد طبیعی بزرگسالان می رسد. از این گذشته عدم درمان آسم نیز روی رشد بچه تاثیر سوء دارد ، لذا این بهانه خوبی برای خودداری از مصرف استروئید نیست.



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی

حکیم

نیشابور، میدان امام رضا (میدان باغورد)

۰۵۱۴۳۳۰۳۰۰۰

www.Hakim.Nums.ac.ir

Hakim Nums

