نکته : کودکان آسمی به داروهای آسم معتاد نمی شوند.

طریقه مصرف اسپری با دم یار :

برای استفاده از اسپری ابتدا درپوش را از روی قسنت دهانی اسپری برداشته وسپس آن را به شدت تکان دهید اسپری رابه درون قسمت عقبی که در مقابل قسمت دهانی دمیار می باشد قرار دهید.قسمت دهانی دمیار ماسک را برصورت قرار داده وروی بینی ودهان فیکس می کنیم دمیار را عمود بر صورت قرار دهید .

نفس را به آرامی از سینه خارج کنید (نه کاملا)سپس اسپری را یک بار فشار دهید تا دوز دارو به داخل دمیار آزاد شود سپس به آرامی از طریق دهان نفس بکشید .نفس خود را برای مدت ۱۰ثانیه ویاهرمدت که برایتان مقدور است نگهدارید.

مجدداز دمیار نفس کشیده واین کار را ۱۰ الی ۱۲بار تکرار کنید .چنانچه لازم است مجددا از اسپری استفاده کنید .حداقل یک دقیقه صبر کنید پس از استفاده اسپری را از دمیار جداکنید ودرپوش اسپری را در جای خود فرار دهید.

بعد از هر بار استفاده دمیار را تمیز کرده واز حرارت دادن آن خودداری نمائید.

درمان :آسم بیماری آلرژیک است که درمان قطعی ندارد وبا مصرف درست داروها وپیشگیری می توان از حملات اسم جلوگیری کرد.در صورت تحویز داروهایی مثل اسپری سالبوتامول کهکوتاه اثر می باشد استفاده مداوم از آن ها نه تنها مفید نمی باشد بلکه مضر نیز می باشد بنابراین این اسپری در زمان بروز حملات آسم استفاده می شود واستفاده بیش از اندازه از این دارو موجب لرزش،طپش قلب وبیش فعالی کودکان میگردد

در صورت تجویز اسپری های کورتیکواستروئیدی بعد از استفاده دهان شستشو ومسواک زده شود

علائم ونشانه های خطر :تقلا در نفس کشیدن،مشکل در صحبت کرن ضربان قلب تند،گیج بودن کودک،کبود شدن بستر ناخن ها ولبها همگی نشان دهنده ی اورژانسی بودن اقدامات برای کمک به کودک می باشد وسریعا ازاسپری های کوتاه اثر به صورت ۲ پاف هر ۵دقیقه تا سه مرتبه انجام وبا ۱۱۵ تماس حاصل فرمائید.

منبع:پرستاری کودکان وونگ۲۰۱۵

سایت آموزش به بیمار:
Hosshafa.gums.ac.ir
واحد ارتقا سلامت وآموزش همگانی:
۰۲۸۳۵۲۴۹۲۱۱ داخلی ۷۰۳۴
ساعت تماس همه روزه از ساعت :۸ الی ۱۴
شماره تماس درمانگاه حکیم:۰۲۸۳۵۲۴۹۲۳۷ از شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۷:۳۰ الی ۹ صبح۱۴

تاریخ صدور: ۱۳۹۹/۰۱/۳۰
تاریخ بازنگری:۱۴۰۳/۱۰/۰۵
تاریخ باز نگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۵

دانشگاه علوم پزشکی وخدمات بهداشتی درمانی قزوین
معاونت آموزشی

بیمارستان شفا تاکستان

عنوان:آسم در کودکان



آسم عبارت است از یک بیماری مزمن شایع غیر واگیردارهمراه با التهاب مجارب هوایی ،حملات مکرر،خس خس سینه وتنگی نفس.این بیماری در تمام سنین می تواند وجود داشته باشد اما ۵۰درصد از موارد کودکان زیر ۱۰سال هستند.

علایم شایع:تنفس طبیعی وراحت برای بیمار دشوار می گرددعلائم آسم عود کننده هستند وممکن است از چند دقیقه تا چند روز طول بکشند.حملات آسم ممکن است خفیف یا شدید وگاه کشنده باشند ودر حملات شدید مراقبت های پزشکی لازم است .احساس فشردگی قفسه سینه وتنگی نفس،خس خس سینه به هنگام بازدم،سرفه (مخصوصا در شب)ومعمولا همراه با خلط غلیظ،شفاف وزرد،تنفس سریع وسطحی که به هنگام نشستن بهتر می شود مشکل در تنفس ،انقباض عضلات گردن،عدم تحمل ورزش

علائم شدید حمله ی حاد:سیانوز شدن پوست،خستگی زیاد،تنفس صدا دار شیبه خر خر ،ناتوانی در صحبت کردن،تغییرات ذهنی وروانی از جمله بی قراری یا گیجی

اقدامات جهت از بین بردن محرکهای حمله آسم:

۱-از بالش پر استفاده نکنید.

۲-از کرکره وپرده های قابل شستشو استفاده کنید.

۳-کلیه ملافه هارا هفته ای یکبار در آب داغ (۵۵ درجه سانتی گراد)بشویید.

۴-اشیا والبسه کودک را در کمد در بسته نگهداری کنید.

۵-در صورت امکان از قالی به عنوان کف پوش استفاده کنید.

۶-در فصول گرده افشانی پنجره ها را بسته نگهدارید.

۷-رطوبت داخل خانه را کاهش دهید وتهویه مناسب راحفظ نمایید.

۸-دوبار در هفته جاروبرقی بکشید حداقل نیم ساعت بعد از جاروبرقی کودک وارد اتاق نشود.

۹-از نگهداری وسایلی مانند گل وگیاه در اتاق کودک خودداری نمائید.

۱۰-زیر زمین،پارکینگ،اتاق،زیر شیروانی فضاهای رشد قارچ هستند به طور منظم بررسی نمائید واز رفتن کودک به آن مکان ها خودداری کنید.

۱۱-از نگهداری وتماس کودک با حیوانات وپرندگان خانگی اجتناب نمائید .

۱۲-از تماس کودک با افراد سرماخورده،دود سیگار وتنباکو،اسپند،اسپری،پودر تالک،گچ ومواد شوینده خودداری نمائید.

۱۳-هر سال کودک را علیه آنفولانزا واکسینه نمائید.

۱۴-کودک خود را تشویق کنید تا ورزشهای دیافراگمی و تنفس های لب غنچه ای و فوت کردن را حداقل روزانه 4 -3 بار انجام دهد.

۱۵-در فصل گرده افشانی و سرما از ماسک پارچه ای چند لایه ای برای کودک خود استفاده کنید.

۱۶- از اسباب بازی قابل شستشو برای کودک استفاده کنید.

۱۷-در فصل گرده افشانی کمتر از منزل خارج شوید.

پیشگیری از حمله آسم:

تغذیه کودک و مواد حساسیت زای غذایی:

*تغذیه ای اعضای شیرخوران با شیر مادر تا 6 ماهگی یکی از راه های پیشگیری از آسم است .در شروع تغذیه کمکی مثل سایر کودکان برای پیشگیری ازحساسیت غذایی از دادن سفیده تخم مرغ ، ماهی ، شیرگاو ، فرآورده های گندم، غلات ، سویا ، چیپس ،شکلات ، گوجه فرنگی ، توت فرنگی ، مرکبات ، بادام زمینی ، آجیل ، صدف ، گردو اجتناب کنید.

*در اول پاییز با پزشک اطفال در زمینه تزریق واکسن آنفولانزا مشورت کنید.

*داروها را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

*طریقه استفاده از داروهای استنشاقی با دم یار را آموزش

ببینید و به کودکان آموزش دهید.

*حمایت عاطفی ، ارتباطات خانوادگی با فرزند خود داشته باشید