



تنگی نفس

منبع: برونسودارت

نام پزشک: آقای دکتر فرزین رضازاده

متخصص طب اورژانس

تهیه و تنظیم: سودا سلیمانی اقدم

بهار ۱۴۰۳



درمان

درمان تنگی نفس منوط به درمان بیماری زمینه ای فرد است نوع بیماری بامعاینه پزشک، انجام آزمایشات و رادیوگرافی مشخص شده و درمان میشود در بچه معیوب که مانع از حرکت صحیح جریان خون میشود.

اصلاح میگردد یا از داروهای دیجیتال جهت درمان نارسایی قلب استفاده میشود.

یابا تجویز داروهای ادرار آور (دیورتیکها)، در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی، آب اضافی در ریه ها تجمع نیافته و تنگی نفس برای فرد ایجاد نمیشود.

مصرف غذاهای کم نمک در اصلاح این مورد خالی از فایده نخواهد بود در تنگی نفس های مربوط به آسم، اسپری تجویز می شود.



در این صورت بیمار جهت تنفس راحت باید بنشیند.

تنگی نفس حمله های شبانه

حالت دیگری نیز وجود دارد که به صورت حملات شبانه تنگی نفس خود را نشان میدهد. به این صورت که ۴ - ۲ ساعت بعد از خواب به طور ناگهانی بیمار مبتلا به نارسایی قلبی با حالت خفگی از خواب میپرد، خود را به پنجره میرساند تا با نفس کشیدن در هوای آزاد خود را نجات دهد. در افراد مبتلا به نارسایی قلبی که اغلب دچار ورم پا نیز هستند، در طول شب آبهای جمع شده در پاها بتدریج تخلیه میشوند و به سوی ریه های فرد می آیند و در آنجا جمع میشوند. تجمع مایعات اضافه در ریه باعث میشود فرد دچار احساس تنگی نفس و حالت خفتگی شود.

تنگی نفس بازدمی

اشکال در خارج کردن هوا از ریه ها. هوا براحتی به داخل ریه میرود ولی خروج آن مشکل است. از آنجا که بیمار هوا را به سختی به بیرون میراند، صدای خسخس ایجاد میکند که به آن تنگی نفس آسیمی گفته میشود.



تنفس دشوار یا پرزحمت و کوتاه را گویند، که بیمار احساس ناخوشایند دشواری و سختی و سطحی شدن تنفس را دارد (کوتاه و سطحی بودن تنفس). این مشکل در بسیاری از بیماری‌ها از جمله کرونا مشاهده می‌شود.

وعلل قلبی مانند نارسایی قلب، ریوی مانند آسم و عصبی مانند اضطراب داشته باشد. علل ریوی می‌تواند به دلیل انقباض نایژه‌ها و انسداد نسبی آنها مانند آسم یا افزایش التهاب و ترشحات مجاری مانند سینه‌پهلو باشد.

اگرچه مشکل تنگی نفس در هر فردی، به شکل متفاوتی احساس می‌شود، ولی اغلب افراد مبتلا می‌گویند دچار فشار و تنگی در ناحیه قفسه سینه می‌شوند و با احساس خفگی دارند بسته به علت آن، تنگی نفس می‌تواند فقط یکبار اتفاق بیفتد و یا برای همیشه وجود داشته باشد ورزش خیلی سخت و شدید، گرمای زیاد هوا، چاقی و ارتفاع زیاد باعث تنگی نفس در یک فرد سالم می‌شوند. غیر از این موارد، تنگی نفس علامت یک بیماری است.



- *سختی در نفس کشیدن
- *تنفس تند
- *سختی در حرف زدن
- *درگیر شدن عضلات گردن و سینه ای در هنگام تنفس

علل شایع تنگی نفس عبارتند از:

- *بیماری آسم
- *تامپوناد قلبی (فشار روی قلب به دلیل تجمع خون و مایعات دیگر در اطراف قلب)
- *حمله قلبی
- *گاهش یا افزایش فشار خون
- *آمبولی ریه (انسداد رگهای خونی ریه به دنبال حرکت لخته خون و...)
- *پنومونی (ذات‌الرئیه)
- *آسیب ریه و قلب در اثر فشار زیر آب (مثل غواصی)
- *گرفتگی راه تنفسی فوقانی به علت جسم خارجی ، اسپاسم یا توده خارجی

تنگی نفس کوششی

این نوع از تنگی نفس گاه حالت کوششی پیدا میکند، یعنی با فعالیت و کوشش بدنی فرد ارتباط مستقیم دارد. انسان به طور طبیعی اگر به شدت و بدون آمادگی قبلی ورزش کند و یا مسافت طولانی را بدود، این نوع تنگی نفس را تجربه خواهد کرد. در افراد مبتلا به برخی بیماریهای قلبی مانند مشکلات دریچه‌های یا نارسایی قلبی ، تنگی نفس با فعالیتهای کمتری ایجاد میشود. به گونهای که حتی در موارد شدید بیماری ، راه رفتن عادی و انجام کارهای اولیه با تنگی نفس همراه میشود.

ارتوپنه یا تنگی نفس در حالت دراز کشیده

نوع دیگری از تنگی نفس قلبی در حالت دراز کش و خوابیده ایجاد میگردد که در طب به آن "ارتوپنه" میگویند. یعنی قلب فرد به حدی نارساست که نمیتواند خون موجود در ریه‌ها را تخلیه کند و فرد مجبور است با کمک گرفتن از نیروی جاذبه این کار را انجام دهد. به همین جهت بیماران مبتلا به نارسایی قلب ، هنگام خواب زیر سرشان دو یا چند بالش میگذارند. به عبارت دیگر وقتی این افراد دراز میکشند، ریه فرد در آب بدن غرق میشود و احساس خفگی به وی دست میدهد.