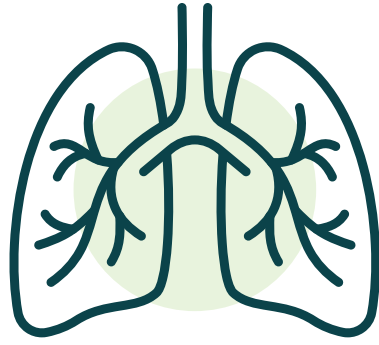


دليل التوعية بمرض الربو

مايو 2023



مقدمة



يقدم هذا الدليل معلومات مهمة حول مرض الربو وأعراضه وأسبابه ومحفزاته، والطريقة المثلى للتعامل مع المرض لتفادي مضاعفاته السلبية.

معلومات عامة حول مرض الربو



ما هو الربو؟

يندرج مرض الربو ضمن أمراض الجهاز التنفسي، وهو مرض يصيب الرئة، ويؤدي إلى تضيق في الممرات الهوائية وانتفاخها وإنتاجها لمخاط إضافي.

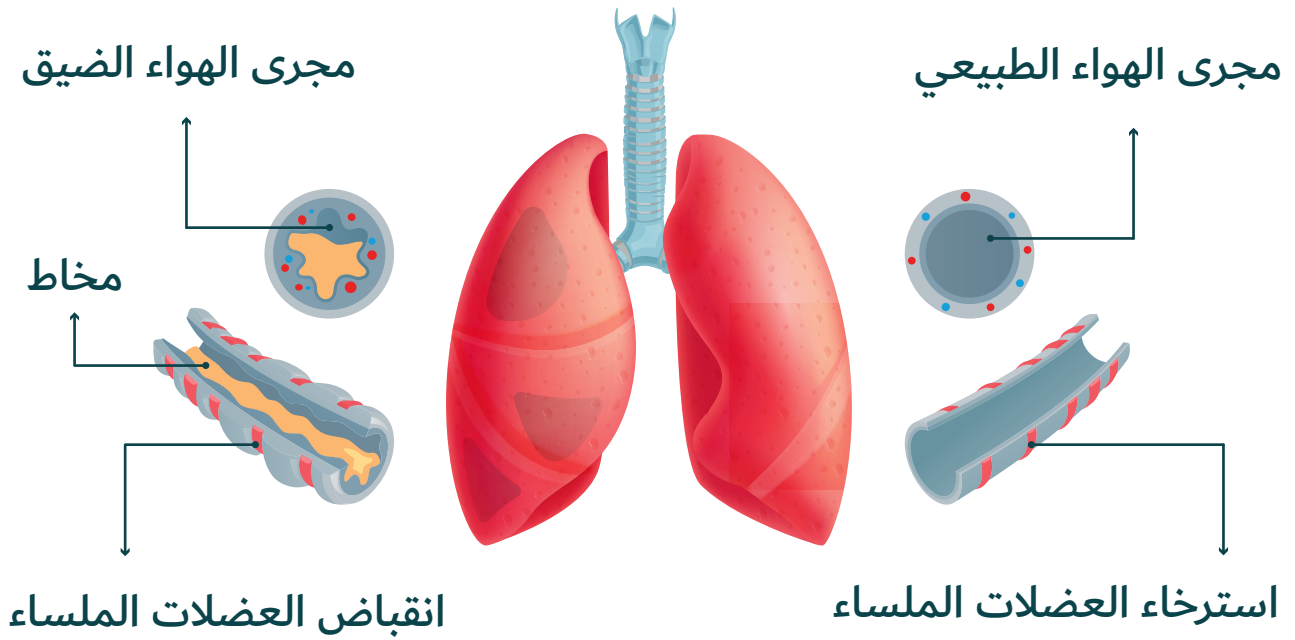
مرض الربو:

1. غير مرتبط بمرحلة عمرية معينة ويمكن أن يصيب الإنسان في أي عمر.
2. ليس مرضاً خاصاً بمرحلة الطفولة؛ ويمكن التغلب عليه مع تقدم الطفل في العمر.
3. مرض غير معدي.
4. يمكن للالتهابات الفيروسية أن تسبب الربو.
5. يمكن للمصاب بالربو ممارسة الرياضة بشكل طبيعي عند السيطرة على نوباته.
6. في معظم الأحيان يمكن السيطرة على الربو بجرعة بسيطة من الكورتيزون.

الفرق بين الشعب الهوائية عند مريض الربو وغيره من الأشخاص

الربو

رئة صحية



الأعراض والمحفزات

الأعراض:



الحساسية



نزلة البرد



السعال المتكرر



مشاكل خلال النوم



وجود صوت عند
الزفير (الصفير)



صعوبة في التنفس



ألم في الصدر

الأعراض والمحفزات

أسباب ومحفزات الربو:



- الغبار.
- الحيوانات الأليفة.
- التلوث البيئي.
- التدخين.
- المواد الكيميائية المنزلية.
- الاستعداد الجيني.
- التهابات الجهاز التنفسي.
- النشاط البدني.

5 نصائح عامة للتحكم في نوبات الربو

5 نصائح عامة للتحكم في نوبات الربو

اتباع خطة العلاج، وأخذ الأدوية كما هو
مقرر من الطبيب.



1

تحديد وتجنب محفزات نوبات الربو.



2

الحصول على لقاح الإنفلونزا والالتهاب
الرئوي.



3

مراقبة التنفس وتحديد علامات التحذير
الأولية لنوبة الربو.



4

علاج نوبات الربو في وقت مبكر واستشارة
الطبيب إذا كانت نوبات الربو متكررة
لتغيير خطة العلاج.



5

نصائح مهمة للتحكم والسيطرة على نوبات الربو خلال تقلبات الطقس

اجعل بخاخ الربو معك دائماً تحسباً
لأي طارئ.

1

...

التزم بالدواء حتى مع عدم وجود
أعراض للتهيج.

2

...

توجه إلى المركز الصحي في حالة عدم
استجابة نوبة الربو للبخاخ.

3