



كلية معقدة



مشاكل الجهاز التنفسي الأكثر انتشاراً



مقدمة:

الجهاز التنفسي

يتكون جسم الإنسان من العديد من الأعضاء والأجهزة بحيث يقوم كل جهاز بوظيفته الموكلة إليه، ويعد الجهاز التنفسي أحد هذه الأجهزة، ومن مهامه تزويد الجسم بالأكسجين الضروري لإبقاء الخلايا والأنسجة على قيد الحياة حيث يدخل هذا الغاز عن طريق الأنف والفم ومن ثم القصبات الهوائية وصولاً إلى الرئتين، كما أنه يقوم بإخراج غاز ثاني أكسيد الكربون وطرده خارجاً، وهناك

العديد من الأمراض والمشاكل التي يتعرض لها هذا الجهاز وسنتعرف على مشاكل الجهاز التنفسي الأكثر انتشاراً.

مشاكل الجهاز التنفسي الأكثر انتشاراً
هناك العديد من المشاكل التي تصيب الجهاز التنفسي ونذكر أبرزها فيما يلي:

• الزكام

- يعتبر مرض الزكام من أمراض الجهاز التنفسي المنتشرة بشدة ويتعرض له جميع الأشخاص من مختلف الأعمار.
- من أعراض هذا المرض الشعور ببرودة في الجسم وارتفاع في درجة الحرارة بدرجة خفيفة وآلام في الرأس بالإضافة إلى نزول المخاط السائل.
- تنتقل عدوى الزكام عن طريق تعرض الشخص السليم للردأ المتطاير من فم الشخص المريض، ومن خلال التقبيل أو استعمال الأدوات الخاصة بالمريض كالمناشف والمناديل.

• الإنفلونزا

• يتسبب نوع من الميكروبات بالإصابة بمرض الإنفلونزا والتي تكون في معظم الحالات شديدة، وتعتبر من أمراض الجهاز التنفسي المنتشرة بكثرة.

• من أعراض المرض الظاهرة ارتفاع درجة حرارة الشخص المصاب والذي يرافقه آلام شديدة في الرأس وأوجاع في العمود الفقري ومفاصل الجسم المختلفة، كما يتعرض المريض للتشنجات خاصة عند صغار السن، والسعال والإسهال والقيء.

• ينتشر هذا المرض بانتقال العدوى من المريض إلى الشخص السليم عن طريق استعمال الأدوات الخاصة به وتناول الطعام من نفس الطبق والتعرض للعطاس الذي يكون مصحوباً بالهواء الملوث بالميكروب.

- التهالزات الصدرية
- تعرض انسجة الرئتين لمجموعة من الامراض الصدرية والتي يطلق عليها اسم التهالزات الشعبية نتيجة لاصابة الشعب الهوائية بهذه الامراض مما يسبب التهاب الرئوي، وتعتبر التهالزات الصدرية من امراض الجهاز التنفسي المنتشرة بكثرة في جميع انحاء العالم.
- تظهر العديد من الاعراض لهذا المرض ومنها الاصابة بالسعال وارتفاع الشعب الهوائية لسائل مخاطي بكمية كبيرة الذي يتم طرده خارجا ويسمى بالسعال، كما يسبب بصعوبة في التنفس وفي بعض الحالات يشعر المريض بالاختناق، كما يرافقه تغير لون الشفاه والوجه الى اللون الأزرق.

• السعال الديكي

- يعد السعال الديكي من امراض الجهاز التنفسي الذي تسببه العدوى الميكروبية، والاشخاص الأكثر عرضة للإصابة بهذا المرض هم الاطفال في عمر صغير وصولا الى عمر الثانية عشرة.
- تبدأ الاعراض بالظهور عند التعرض للعدوى بحيث ترتفع درجة حرارة الشخص المصاب بشكل طفيف، ويرافقه أيضاً الإصابة بالسعال الذي يكون حاداً في وقت الصباح والليل، ويجب التوجه للطبيب فوراً في حال الإصابة به لأن إهمال علاجه يؤثر على المخ بصورة سلبية كما يتسبب بالإصابة بالالتهاب الرئوي المزمن.

للووقاية من الإصابة بمشاكل الجهاز

التنفسي

- القيام بغسل اليدين والاهتمام بالنظافة العامة للجسم.
- تجنب استخدام الأدوات الخاصة بالأشخاص المصابين.
- تجنب المناطق المزدحمة.
- الإقلاع عن التدخين.
- ممارسة مختلف الأنشطة البدنية والرياضية.
- شرب السوائل والعصائر الطازجة بشكل كبير.
- الحرص على إعطاء الأطعمة التي تقوي الجهاز التنفسي من العديد من الأمراض وتقوي مناعته.
- تناول الأطعمة الصحية المحتوية على نسبة عالية من الأملاح المعدنية والفيتامينات.

إعداد

د/ شيماء محمد عربي
مدرس إدارة التمريض
كلية التمريض - جامعة بنها