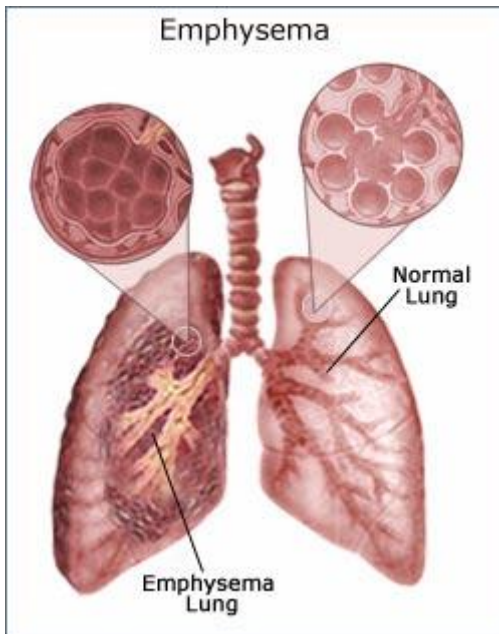


آمفیزم

آمفیزم چیست؟



آمفیزم حالتی است که در آن دیواره حبابچه های هوایی ریه ها ، قابلیت کش آمدن و حالت ارتجاعی خود را از دست می دهند. حبابچه ها ضعیف شده و تخریب می شوند. قابلیت کشسانی ریه ها از بین رفته و منجر به دام افتادن هوا در حبابچه های هوایی می شود و نتیجه تبادل اکسیژن و دی اکسید کربن مختل می شود. از طرف دیگر حالت باز بودن مجاری هوایی از بین رفته و جریان هوا مسدود می شود.

علائم آمفیزم شامل تنگی نفس، سرفه و کاهش تحمل فعالیت های بدنی میباشد، اغلب ، آمفیزم و برونشیت مزمن (التهاب مزمن نایزکها) همراه با هم بوده و با همدیگر منجر به اختلالی می شوند که اصطلاحاً بیماری مزمن انسداد ریوی (COPD) نامیده می شوند. این بیماری شامل سایر بیماریهای انسدادی نظیر آسم نیست.

علل آمفیزم چیست؟

کشیدن سیگار شایعترین علت آمفیزم به حساب می آید. بطور کلی سیگار کشیدن مسوؤل بروز ۹۰-۸۰ درصد مرگهای بعلت بیماری مزمن انسداد ریوی است.

بعلاوه برآورد می شود که در آمریکا ۱۰۰ هزار نفر مبتلا به اختلال کمبود نوعی پروتئین محافظت کننده از ریه ها بنام آلفا- ۱- آنتی تریپسین بوده و حدود ۲۵ میلیون نفر نیز تنها یک ژن معیوب از این بیماری را حمل می کنند که قابلیت انتقال به فرزندان را دارد.

در عدم حضور این پروتئین فرم خاصی از آمفیزم ایجاد می شود که ثانویه به کمبود این پروتئین است و بروز این فرم اجتناب ناپذیر می باشد. علائم این شکل از بیماری معمولاً بین ۳۲ تا ۴۱ سالگی بروز می یابد. در صورت سیگار کشیدن این افراد، شدت آمفیزم در بین آنها بیشتر خواهد بود.

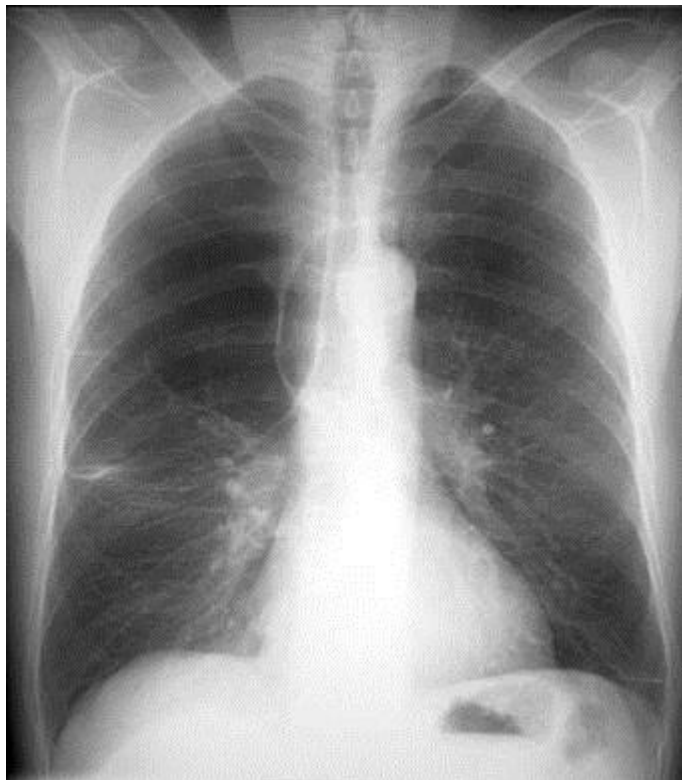
آمفیزم تا چه حدی جدی و خطرناک است؟

این بیماری در بالغ بر ۳/۱ میلیون نفر آمریکایی تشخیص داده شده است که ۹۱ درصد آنها سن ۴۵ سال و بالاتر دارند، بیماری به ندرت در افراد کمتر از ۴۵ سال بروز می یابد. بنظر می رسد که مردها بیشتر از زنان به این بیماری دچار می شوند. در سال ۲۰۰۲ میزان شیوع آمفیزم در مردها ۵۲ درصد بود که این میزان از مقدار شیوع در زنها بیشتر بود.

آمفیزم همراه با برونشیت مزمن و سایر بیماریهای مزمن ریوی نظیر آسم، بیماری مزمن انسدادی ریوی، چهارمین

علت شایع مرگ در ایالات متحده به حساب می آید.

آمفیزم چگونه ایجاد و گسترش می یابد؟



آمفیزم معمولاً از حبابچه های هوایی موجود در ریه ها که محل تبادل گازهای تنفسی بین هوای بیرون و خون است، آغاز می شود. دیواره این حبابچه ها بسیار نازک و شکننده هستند. ایجاد صدمه به این ساختارها معمولاً برگشت ناپذیر بوده و منجر به ایجاد حفرات دائمی در قسمتهای تحتانی بافت ریه می شود. همچنانکه حبابچه های هوایی تخریب می شوند، ریه ها بتدریج کمتر و کمتر اکسیژن وارد خون می کنند و همین امر منجر به تنگی نفس می شود. بعلاوه ریه ها خاصیت ارتجاعی خود را برای باز نگهداشتن راههای هوایی بسیار حیاتی، می باشند از دست می دهند و بیمار در بیرون دادن هوای موجود در ریه های خود با مشکل مواجه می شود.

آمفیزم معمولاً یکباره ایجاد نمی شود و بتدریج ایجاد می گردد. معمولاً در صورت تماس با سیگار در طی سالهای متمادی فرآیند تخریب صورت می پذیرد.

در ابتدا فرد بعلت سختی در نفس کشیدن در حین کارهای سنگین یا فعالیتهای بدنی شدید به پزشک مراجعه می کند. حتی یک پیاده روی کوتاه نیز منجر به بروز تنگی نفس می شود. بعضی افراد نیز ممکن است حتی قبل از بروز آمفیزم به برونشیت مزمن مبتلا شده باشند.

درمان آمفیزم

پزشکان می توانند به بیماران مبتلا به آمفیزم کمک کنند تا کمتر احساس ناراحتی کنند. هدف درمان، تسکین علائم و جلوگیری از پیشرفت بیماری و به حداقل اثرات جانبی می باشد. توصیه ها و درمانهای پزشکان شامل:

- ترک سیگار: اصلی ترین و مهم ترین عامل برای حفظ سلامت ریه ها.

- داروهای گشاد کننده مجاری هوایی (داروهای که منجر به شل شدن و باز شدن مجاری هوایی در ریه ها می شوند) اگر در طی فرآیند آمفیزم مجاری هوایی تمایل به تنگی و سفت شدن داشته باشند، می توان از این داروها استفاده نمود. این داروها به فرم اسپری های استنشاقی یا خوارکی موجود می باشند.

- آنتی بیوتیکها: در صورت وجود عفونتهای باکتریایی نظیر ذات الریه پنوموکوکی باید از این داروها استفاده کرد.

- استروئیدها: از این داروها در موارد عود یا تشدید حاد علائم می توان استفاده نمود.

- تمرینات خاص: این تمرینات شامل فعالیتهای تنفسی به منظور تقویت عضلات تنفسی است که بعنوان جزیی از

برنامه توان بخشی ریوی در طی استراحت بدن به حساب می آیند.
- مهارکننده آلفا - ۱ پروتئیناز: این دارو فقط در مواردیکه آمفیزم بعلت کمبود آلفا ۱- تریپسین ایجاد شده باشد کاربرد دارد و در مواردیکه آمفیزم بعلت کشیدن سیگار یا فاکتورهای محیطی دیگر ایجاد شده است توصیه نمی شود.

- پیوند ریه: این عمل یک عمل جراحی سنگین بوده اما می تواند مؤثر باشد.
- استفاده از روشهای جراحی کاهنده حجم ریه: در این روش بخشهایی از ریه که به شدت دچار تخریب شده اند برداشته شده و این امر به بافت باقیمانده ریه و عضلات تنفسی کمک می کند که بهتر فعالیت خود را انجام دهند.



نتایج کوتاه مدت این روش امیدوار کننده بوده است ولی افرادی که به فرمهای شدید این بیماری مبتلا هستند شانس مرگ بیشتری دارند. اخیراً یکی از مراکز پزشکی دنیا توصیه نموده است که این عمل برای افرادی در نظر گرفته شود که به فرمهای بسیار شدید و پرخطر آمفیزم دچار نبوده و دارای یک سری معیارهای خاص می باشند.

پیشگیری از آمفیزم

در حال حاضر تحقیقات وسیعی در مورد علل و عوامل بروز آمفیزم و روشهای پیشگیری از آن در حال انجام است. محققین دریافته اند که قطع سیگار می تواند از بروز این بیماری جلوگیری نموده و میزان گسترش و پیشرفت آن را نیز کاهش دهد. کنترل سایر فاکتورهای محیطی نیز می تواند در پیشگیری از آن کمک کند.

اگر فردی به آمفیزم مبتلا باشد، پزشک از طریق پیشگیری و درمان صحیح عفونتها می تواند از پیشرفت بیماری در این فرد جلوگیری کند و بیمار نیز از طریق پیگیری و عمل به توصیه های بهداشتی عمومی می تواند در این فرآیند شرکت کند.

آمفیزم بیماری جدی و خطرناکی است. این بیماری به ریه ها و حتی قلب شما آسیب می رساند. در صورت مشاهده اولین علائم بیماری به پزشک خود مراجعه نمایید.

سیگار نکشید. اکثریت افرادی که آمفیزم دارند سیگاری هستند. در صورت ادامه سیگار کشیدن این بیماری بدتر شده و این بدتر شدن بخصوص در افراد مبتلا به کمبود آلفا ۱- آنتی تریپسین بسیار شدیدتر می باشد. به توصیه های بهداشتی عمل کنید که شامل استفاده از یک رژیم تغذیه ای خوب و سالم، خواب کافی و به موقع، فعالیت بدنی منظم است تا توان مقابله در برابر عفونتها را داشته باشید.

از تماس با آلاینده های محیطی و هوای آلوده خودداری کنید چرا که منجر به تشدید علائم شما می شود. بدین منظور به توصیه های رادیو و تلویزیون و مجلات محلی در ارتباط با گزارش آب و هوا دقت کنید. در یک روز که هوا ناسالم است، فعالیت خود را فقط محدود به صبح زود یا هنگام غروب کنید. زمانیکه سطح آلودگی خطرناک است، در خانه بمانید و تا حد امکان راحت باشید. در هنگام سرماخوردگی یا هرگونه عفونت تنفسی با پزشک خود مشورت کنید زیرا می تواند علائم شما را تشدید کند و در مورد دریافت واکسن آنفولانزا و پنوموکوک از وی سؤال کنید.