



الانسداد الرئوي المزمن

الانسداد الرئوي المزمن:

لا يُطلق مصطلح "الانسداد الرئوي المزمن" على مرض محدد، بل يتعدى ذلك ليشمل أمراض الرئة التي تُسبب صعوبة في التنفس، وتشمل: انتفاخ الرئة، والالتهاب الشعبي المزمن.

انتفاخ الرئة (نفاخ):

يحدث عندما تتضرر الحويصلات الهوائية وتفقد مرونتها؛ مما يؤدي إلى صعوبة في إخراج الهواء من الرئتين (الزفير)، وكذلك التخلص من غاز ثاني أكسيد الكربون.

الالتهاب الشعبي المزمن:

هو حدوث التهاب في الشعب الهوائية ينتج عنه سعال (مع بلغم) بشكل متكرر، ويحدث هذا عندما تتضرر الأهداب المبطنة للشعب الهوائية؛ مما يؤدي إلى صعوبة إخراج المواد المخاطية منها.

كيفية حدوث المرض:

الرئتان تحتويان على حويصلات هوائية صغيرة محاطة بشعيرات دموية دقيقة، عند التنفس، يدخل الأكسجين إلى هذه الحويصلات وينتقل عبر الشعيرات إلى الدم، وفي الوقت نفسه يخرج غاز ثاني أكسيد الكربون من الدم إلى الحويصلات ليخرج خارج الجسم. هذه العملية تحتاج إلى مرونة طبيعية في الشعب الهوائية والحويصلات لتتم بسلاسة. لكن في حالة الانسداد الرئوي المزمن تقل هذه المرونة أو تلتهب جدران الشعب الهوائية وتصبح أكثر سماكة، مما يؤدي إلى صعوبة خروج الهواء وانحباسه داخل الرئتين.

الفرق بين أعراض الربو وأعراض الانسداد الرئوي:

يعتبر السعال الصباحي اليومي الذي ينتج عنه بلغم مُصَفَّر من سمات مرض الانسداد الرئوي المزمن، وتعتبر نوبات الأزيز والسعال ليلاً أكثر شيوعاً مع الربو، وتشمل الأعراض الأخرى لمرض الانسداد الرئوي المزمن: التعب، والتهابات الجهاز التنفسي المتكررة.

الأسباب:

- التدخين هو المسبب الرئيسي لمرض الانسداد الرئوي المزمن.
- التعرض للتدخين السلبي، والغبار، وملوثات الهواء الأخرى.
- التعرض لفترات طويلة للأبخرة الضارة في مكان العمل.
- الجينات: بعض الأشخاص أصيبوا بنوع نادر من الانسداد الرئوي المزمن؛ بسبب إصابتهم بحالة وراثية تؤثر على إنتاج الجسم لبروتين ألفا-أنتيتريبسين الذي يحمي الرئتين.
- الإصابة بالربو منذ الطفولة.
- الأحداث المبكرة في الحياة (مثل: ضعف النمو في الرحم، والخداج، والتهابات الجهاز التنفسي المتكررة أو الشديدة في الطفولة) التي تمنع نمو الرئة.

الأعراض:

- السعال المزمن مع وجود بلغم.
- ضيق وصعوبة في التنفس.
- الإعياء والتعب.
- تكرار الإصابة بالتهابات وعدوى الجهاز التنفسي.
- الصفير.

متى تجب رؤية الطبيب:

- صعوبة في التقاط النفس أو التحدث.
- تحوُّل الشفاه أو الأظافر إلى اللون الأزرق أو الرمادي؛ مما يدل على انخفاض مستوى الأكسجين في الدم.
- سرعة نبضات القلب.
- إذا كانت الأعراض تزداد سوءًا بالرغم من استخدام الأدوية.

المضاعفات:

- صعوبة ممارسة بعض الأنشطة مثل: المشي وصعود الدَّرَج.
- عدم القدرة على العمل.
- الحاجة إلى استخدام أجهزة خاصة، مثل: أسطوانة الأكسجين المتنقلة.
- العزلة الاجتماعية.
- زيادة الاضطراب أو فقدان الذاكرة.
- كثرة زيارة قسم الطوارئ بالمستشفى.
- الإصابة بأمراض مزمنة أخرى، مثل: التهاب المفاصل، أو فشل القلب الاحتقاني، أو داء السكري، أو أمراض الشرايين التاجية، أو الجلطات، أو الربو.
- الإصابة بالاكتئاب أو مشاكل نفسية أخرى.

العلاج:

لا يوجد علاج يشفي منه بشكل نهائي، لكنَّ معالجته تهدف إلى التخفيف من الأعراض، ومنع تفاقمها وازديادها وتكرارها، وزيادة القدرة على ممارسة النشاط البدني، وعلاج المضاعفات. وتختلف وسيلة العلاج من شخص لآخر بحسب الحالة؛ حيث تشمل:

- تغيير نمط الحياة، وذلك عن طريق التوقف عن التدخين، وتجنُّب عوامل الخطورة التي تهيج الرئتين.
- استخدام الأدوية.
- استخدام جهاز الأكسجين.
- الجراحة.

الوقاية:

- تجنُّب التدخين أو التوقف عنه فورًا.
- تجنُّب التعرض لملوثات الهواء في المنزل ومكان العمل.
- بعض الأشخاص قد لا تظهر لديهم أي أعراض في البداية، لذلك من المهم فحص الرئتين للأشخاص المعرضين لعوامل الخطورة؛ لتلقِّي العلاج باكراً وتجنب المضاعفات.