

ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง



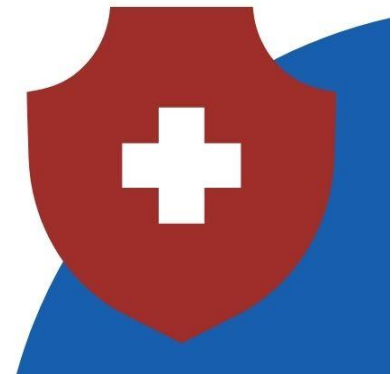
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรังเป็นกลุ่มโรคที่มีการอุดกั้นของทางเดินหายใจส่วนล่างอย่างถาวร เป็นผลจากการระคายเคืองต่อปอด เช่น การสูบบุหรี่ มลภาวะทางอากาศ ทำให้เกิดการอักเสบทั้งในหลอดลมเนื้อปอด และหลอดเลือดในปอด รวมถึงการมีพฤติกรรม การปฏิบัติตัวที่ไม่เหมาะสม เช่น ขาดทักษะในการใช้ยาพ่น การไม่ออกกำลังกายและการฝึกหายใจ



ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

การดำเนินของโรคที่รุนแรงขึ้น ส่งผลกระทบต่อผู้ป่วย
ทางด้านร่างกายซึ่งเกิดอาการเหนื่อยหอบนั้นส่งผลทำให้มีข้อ
จำกัดในการทำกิจกรรมทุกด้านลดลง



อาการและอาการแสดงของโรค



หอบเหนื่อย เมื่อออกแรง
หรือทำกิจกรรม



ไอ มีเสมหะเรื้อรัง



หายใจมีเสียงวี๊ด



แน่นหน้าอก



น้ำหนักลดลง(ในระยะท้าย)



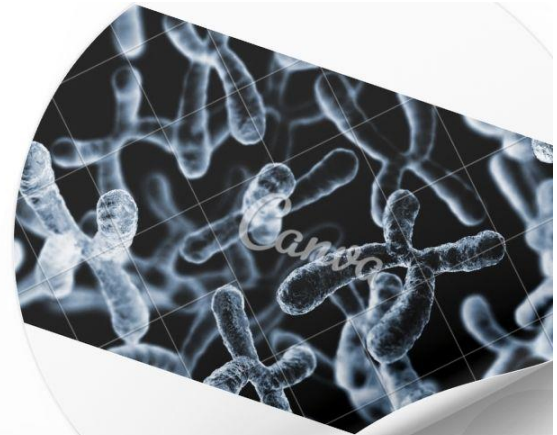
มีการติดเชื้อในปอด
เป็นๆหายๆ



เสื่อมสมรรถภาพทางเพศและ
ความต้องการทางเพศลดลง

สาเหตุของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

- ปัจจัยทางพันธุกรรม
- การสัมผัสกับสิ่งกระตุ้นการอักเสบของถุงลมปอด



สาเหตุของโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

- การสูบบุหรี่

บุหรี่ มีสารทาร์ (Tar) เมื่อสูดดมสารทาร์เข้าไปจะทำให้เกิดการระคายเคืองและทำลายเซลล์ในระบบทางเดินหายใจ ทำให้หลอดลมอักเสบเรื้อรัง และนำไปสู่โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD)



- การสูดดมควัน ฝุ่น หรือสารเคมี

การสูดดมมลพิษ ทั้งฝุ่น ละออง ควันพิษ รวมถึงสารเคมีบางอย่างเข้าไปในปอดติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ทำให้เกิดการสะสมจนร่างกายได้รับผลกระทบและเป็นโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังแบบเฉียบพลันในที่สุด



ปัจจัยกระตุ้นที่ทำให้เกิดการกำเริบ

- ดัชนีมวลกาย

ผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังที่มีดัชนีมวลกาย (BMI) น้อยกว่า 20 kg/m² ร่วมกับการตรวจพบการขาดโปรตีนและพลังงานจะส่งผลให้เกิดกำเริบเฉียบพลัน



- การฟั่นยา

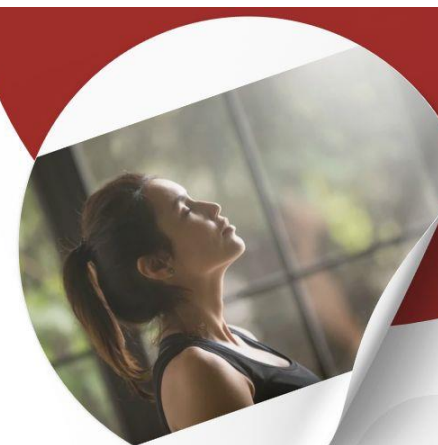
การใช้ยาฟั่นที่ไม่เหมาะสม ขาดทักษะและเทคนิคการใช้ยาที่ไม่ถูกต้อง ส่งผลทำให้ผู้ป่วยกลับมารักษาซ้ำ และเกิดภาวะกำเริบของโรคปอดอุดกั้นแบบเฉียบพลัน



ปัจจัยกระตุ้นที่ทำให้เกิดการกำเริบ

- การออกกำลังกายและการฝึกหายใจ

ช่วยเพิ่มความแข็งแรงของปอดและร่างกาย เมื่อขาดการออกกำลังกายอาจทำให้ร่างกายแข็งแรงลดลงมีอาการอ่อนล้า และทำให้รู้สึกเหนื่อยง่ายหอบเหนื่อย เมื่อออกแรงหรือทำกิจกรรม



แนวทางการรักษาโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

การรักษาด้วยการใช้ยา

ยาพ่น



ยากิน



การรักษาด้วยการไม่ใช้ยา



- การได้รับความรู้เกี่ยวกับตัวโรคการดูแลและการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยและครอบครัว



- การปรับพฤติกรรมและการหลีกเลี่ยงปัจจัยกระตุ้น



1. การหยุดพฤติกรรมการสูบบุหรี่



2. การหลีกเลี่ยงการสูดดมมลพิษ/สารเคมี



3. การออกกำลังกายฝึกความแข็งแรงและคงทนของกล้ามเนื้อ



4. การฝึกการหายใจที่ถูกต้อง



5. การเลือกอาหารที่เหมาะสม