

حساسية الأنف وهو غير معدى

من أسبابه

١- التعرض للغبار، التعرض للعطور النفاذة، أسباب وراثية، التعرض لوبر الحيوانات

أعراضه: حكة بالأنف، عطس، تغيير بالصوت إلى صوت مخشوم، إنسداد بالأنف، تدميع بالعين وحكة، فقدان لحسة الشم والتذوق مؤقت

طرق الحماية:

تناول مزيلات إحتقان، تناول السوائل، بخاخ للأنف، تناول أدوية لتعزيز المناعة.

علاج التهابات التنفسية والوقاية منها:

١. الالتزام بمواعيد التطعيمات الأساسية للطفل
٢. التركيز على التغذية المتوازنة المناسبة لكل مرحلة من مراحل العمر ومراعاة احتوائها على الفواكه والخضراوات الطازجة التي تحتوي على فيتاميني "أ" و"ج".

٣. الحرص على سلامة الجهاز التنفسي للطفل، وذلك بتجنبه التيارات الهوائية الباردة.

٤. الابتعاد عن العادات الصحية السيئة، مثل:

أ- تقبيل الرضع والأطفال؛ خصوصا من قبل الأشخاص المصابين بالمرض.

ب- تجنب العطس والبصق بالقرب من الأطفال واستعمال المناديل الورقية لهذا الغرض.

٥. الابتعاد إلى البيئة المحيطة بالفرد، وذلك بـ:

أ- تجديد هواء المنزل باستمرار عدة مرات في اليوم.

ب- الابتعاد عن الأماكن المزدحمة سيئة التهوية والرطوبة التي لا تتعرض إلى الشمس قدر الإمكان.

ج- الإقلاع عن التدخين نهائيا أو في المنازل على أقل تقدير.

٦. الاهتمام الدائم والمستمر بالنظافة الشخصية العامة

مقدمة: مع دخول فصل الشتاء تكثر أمراض الجهاز التنفسي وهو مصطلح يطلق على مجموعة

من الأمراض والتي تشمل الرنيتين والشعب الهوائية والأنابيب والقصبية الهوائية والحنجرة، ويعانى الكثيرين خاصة ممن يعانى من ضعف بالمناعة

نزلات البرد وهي معدية

من أسبابها: فيروسات لم يتم التطعيم ضدها،

١- الأماكن المزدحمة وبها أشخاص مصابين، ملامسة شخص مصاب

٢- عدم تناول قدر كافي من الفيتامينات والمعادن C وفيتامين A لتقوية المناعة خاصة فيتامين

أعراضها: السعال، ألم في البلعون، ارتفاع في درجة الحرارة، عطس، سيلان بالأنف، إحتقان

طرق الحماية

تناول المشروبات الدافئة، الإسترخاء، تناول مسكنات مضادة للمرض بعد إرشادات الطبيب

الأنفلونزا وهي معدية

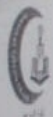
من أسبابها الإصابة بعدوى فيروسية، التعرض لرذاذ العطس من قبل شخص مصاب، ملامسة شخص مريض

أعراضها:

١- الشعور بالقشعريرة، الحمى، الصداع، ضعف عام بالجسم، التهاب رئوي

طرق الحماية:

لقاح الأنفلونزا، عقاقير مضادة للفيروس تحت إشراف طبيب، الراحة التامة



كلية معتمدة

أمراض الجهاز التنفسي



اعداد

د/ حنان نبوي الاعصر

مدرس تمريض الاطفال

الربو الشعبي عند الأطفال أعراضه وطرق علاجه

مرض الربو الشعبي، الذي قد يأتي على شكل أزمة يطلق عليها أزمة الربو الشعبي، وهي نوع من أنواع ضيق المجاري الهوائية وتسبب ضيقاً في التنفس وبعض الأعراض الأخرى.

الأسباب:

الوراثة - الحساسية التأتبية الوراثية (ازدياد الأجسام المضادة بالنوع E والتي تقاوم المثبرات)

ويوضح أهم أعراض هذا المرض لدى الأطفال:

١- الكحة "السعال" المستمر

٢- إن أعراض الربو عند الأطفال هي الكحة المستمرة (السعال) الناشئة أو المصاحبة للسعال أكثر من ٣-٤ أسابيع وخصوصاً البلغم البسيط ولفترة طويلة عند عمل الطفل أي مجهود، المزمنة، الصغير، وضيق التنفس

الأدوية:

الاستنشاق : من خلال الفم أو الأنف، واعطاء موسعات للشعب الهوائية



العوامل التي تساعد على إصابة الأطفال

بأمراض الجهاز التنفسي:

١- إهمال التطعيمات في المواعيد المحددة.

٢- سوء التغذية؛ وخصوصاً نقص فيتاميني "ج" و"ج".

٣- الازدحام وسوء التهوية في الأماكن المكتظة.

٤- سكن الأماكن الرطبة التي لا تصلها الشمس.

٥- التدخين، حيث يزيد من نسبة الإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي

٦- تلوث البيئة الناتج عن دخان المصانع، الغبار، عوادم السيارات.

٧- عدم تقديم الرضاعة الطبيعية للأطفال.

٨- التعرض للتيارات الهوائية.

٩- عادات اجتماعية مثل: التقبيل، وخصوصاً من قبل المصابين للأطفال وغيرهم من الأصحاء.

١٠- الإكثار من تناول المضادات الحيوية

توصيات للحد من امراض الجهاز التنفسي:

١- زيادة الوعي العام ووعي صناعات السياسة أن صحة الجهاز التنفسي أمر ضروري للصحة العالمية وتحسينه سيعزز الاقتصادات الوطنية.

حث صناعات السياسات لتمكين وصول الجميع إلى رعاية صحية عالية الجودة، بما في ذلك

- توافر الأدوية الأساسية لجميع المرضى الذين يعانون من امراض الجهاز التنفسي

- الأسباب الرئيسية لامراض الطفولة ولها عواقب سلبية طويلة الأجل على صحة البالغين

- زيادة الوعي العام ووعي صناعات السياسة أن امراض الجهاز التنفسي احد

- الأسباب الرئيسية لامراض الطفولة ولها عواقب سلبية طويلة الأجل على صحة البالغين

- الحد ثم القضاء على استخدام جميع منتجات التبغ

- تقليل تلوث الهواء المحيط في الأماكن المغلقة وأماكن العمل

- توفير التغطية الشاملة لتحصين الأطفال والكبار، بما في ذلك اللقاحات المتقارئة الجديدة

- تحسين التشخيص المبكر لامراض الجهاز التنفسي

- التعرف على تأثير سوء التغذية والسمنة وتأثير النشاط البدني على امراض الجهاز التنفسي وتنفيذ