

مركز هيلث شيلد الطبي.  
**Health Shield**  
Medical  
Center.



منطقة الوزارات

هاتف: +971 2 6260722

[www.ch-hsmc.ae](http://www.ch-hsmc.ae)

جزء من مجموعة "كابيتال هيلث"



# التهاب الشعب الهوائية



التهاب الشعب الهوائية هو تورم  
بطانة المسالك الهوائية الكبيرة التي  
يطلق عليها رسم القصبات الهوائية  
في الرئتين.





## الأسباب

- العدوى البكتيرية أو الفيروسية
- التدخين
- تلوث الهواء
- الحساسية لشيء ما في الهواء مثل اللقاح
- مرض الرئتين مثل الربو أو انتفاخ الرئة

هو التهاب/تورم في الشعب الهوائية التي تحمل الهواء إلى الرئتين. يسبب التورم فرز مخاط أكثر من المعتاد، ويمكن أن يسبب أيضا ضيق في التنفس، وحمى منخفضة، وضيق الصدر. ويمكن أن يعيق هذا تدفق الهواء عبر الرئتين وقد يؤدي إلى تلف الرئتين.

هناك نوعان رئيسيان من التهاب الشعب الهوائية:

التهاب الشعب الهوائية يدوم من ٢ إلى ٤ أسابيع ويمكن علاجه.

التهاب الشعب الهوائية المزمن هو مرض طويل الاجل في الرئتين. وهو أحد ا أمراض من مجموعة أمراض الرئة التي تسمى أمراض الانسداد الرئوي المزمن "سي أو بي دي" وغالباً ما يزداد الضرر سوء بمرور الوقت ولا يمكن شفاؤه.



## أعراض التهاب الشعب الهوائية؟



- السعال المتكرر
- الشعور بالتعب
- آلام الصدر مع السعال أو التنفس العميق
- التنفس مع إصدار صوت
- ضيق التنفس
- ألم في الجسم
- الحمى أو الارتجاف
- التهاب الحلق
- سيلان الأنف أو انسداده

## علاج التهاب الشعب الهوائية:

قد يشمل العلاج أدوية وتمارين التنفس لمساعدتك على التنفس بسهولة. وقد تحتاج إلى أكسجين إذا كنت تعاني من التهاب شعب هوائية مزمن.

قد تتضمن رعايتك ما يلي:

- تجنب نزلات البرد والانفلونزا
- تناول الكثير من السوائل لابقاء المخاط رقيقاً
- استخدام مُرطب الهواء أو مبخرة
- استخدام التصريف الوضعي والقرع للتخفيف من سمك المخاط من رئتيك.

## للتنفس بسهولة أكثر:

- اقلع عن التدخين. الطريقة الوحيدة لإبطاء الضرر الناجم عن التهاب الشعب الهوائية المزمن هي الإقلاع عن التدخين.
- تجنب شرب الكحول. فهو يُضعف الرغبة في السعال والعطس لإخلاء المسالك الهوائية. كما أنه يتسبب في فقدان جسمك للسوائل، مما يجعل المخاط في رئتيك أكثر سمكاً وصلابة.
- تجنب ما يزعج رئتيك مثل تلوث الهواء والغبار والغازات.
- احرص على النوم مع رفع الجزء العلوي من جسمك.
- استخدم وسائد المطاط الازدي أو ارفع سريرك عند طرف الرأس.



## اتصل بطبيبك على الفور إذا كنت:

- تعاني من ارتجاف أو حمى تزيد درجة حرارتها عن ١٠١ درجة فهرنهايت أو ٣٨ درجة مئوية
- تحتاج إلى استخدام أجهزة الاستنشاق أو علاجات التنفس بصورة متكررة
- تعاني من مخاط إضافي وتغير لون المخاط أو زيادة صلابته
- ظهور ألوان رمادية أو زرقاء جديدة أو تزداد حدتها على أظفرك أو أصابعك أو فمك
- صعوبة في التحدث أو القيام بالأنشطة العادية
- يتعين عليك استخدام وسائد إضافية عند النوم أو الحاجة إلى النوم وأنت جالس في المقعد حتى تتنفس ليلاً

## اتصل برقم ٩٩٨ على الفور في الحالات التالية:

- إذا كنت لا تستطيع التنفس
- إذا أصبحت مرتبكاً أو تشعر بالدوار أو الاغماء
- إذا كنت تعاني من ألم أو ضيق جديد في الصدر