

آسم در بزرگسالان

آسم بیماری التهابی مزمن راههای هوایی است که به صورت سندرم می باشد و دستگاههای مختلف ایمنی، تنفسی، عصبی و... را درگیر می کند.

علائم شامل موارد زیر می باشد :

- سرفه (بخصوص در شب و اوایل صبح)
- خس خس سینه
- احساس فشار روی قفسه سینه
- تنگی نفس
- مشکل در خوابیدن بدلیل تنگی نفس
- صدای سوت یا خس خس به هنگام بیرون دادن هو (بازدم)
- آسم بسته به شرایط بیماری و درجه تنگی راه تنفسی درجات ضعیف ، متوسط تا شدید دارد، آسم ممکن است در هر سنی شروع شود ولی اغلب شروع آن در دوران کودکی می باشد .

علائم حمله شدید آسم :

- * تعریق
- * خستگی شدید
- * تپش قلب
- * ناتوانی در صحبت کردن
- * گیجی
- چه عواملی در بروز آسم موثرند :

* وراثت

* غذاها - شکلات ، تخم مرغ ، آجیل (بادام زمینی) ، ادویه جات

* گرده گیاهان

* پرها و پشم موجود در بالش ها و پرز فرش

* حیوانات ، سگ ، گربه و اسب (موی این حیوانات) ، پر پرندگان

* هوای آلوده و پر دود و هوای سرد

* فعالیت جسمانی در آسم های ناشی از ورزش

* برخی از داروهای خاص مثل (آسپرین ، بروفن ، ناپروکسن ، ایندروال)

* ناراحتی های روحی و استرس هیجانات

* پودرهای شوینده ، عطرها ، اسپری های مو

* عفونت های تنفسی (سرماخوردگی)