

تنگی نفس یا دیس پنه - حس تنگی نفس یک تجربه ناخوشایند و نگران کننده است، مخصوصاً زمانی که تا به حال آنرا تجربه نکرده اید. تنگی نفس ممکن است در اثر اختلالات قلبی یا ریوی و یا کم خونی ایجاد شود.

خوشبختانه اکثر عوامل تنگی نفس به سرعت پس از شناسایی عامل ایجاد کننده درمان می شوند. بسیاری از تنگی نفس ها ناشی از مشکلات ساده و کوتاه مدتی چون عفونت های دستگاه تنفسی و حساسیت هاست.

علل تنگی نفس

تنگی نفس حاد که به صورت ناگهانی و طی چند دقیقه تا چند ساعت رخ می دهد که معمولاً دارای علل متفاوتی نسبت به تنگی نفس مزمن است که طی هفته ها تا ماهها ایجاد می شود.

تنگی نفس حاد :

علل شایع تنگی نفس حاد عبارتند از:

- عفونت های دستگاه تنفسی مثل پنومونی، که معمولاً همراه با علائمی چون تب و سرفه خلط دار است.

- واکنش های حاد آلرژیک (آنافیلاکسی)، که معمولاً باعث خارش، تورم و کهیر می شود.

- آسم که معمولاً منجر به سرفه و خس خس سینه می شود .

- انسداد مسیر تنفسی که به طور اتفاقی در اثر ورود مواد خارجی مثل بادام زمینی یا گوشت کم جویده شده، ایجاد می شود.

- لخته ی خون و انسداد در شریان ریوی.

- ریه ی جمع شده در اثر ورود هوا به جدار قفسه سینه (پنوموتوراکس).

- تداخل در جریان خون در عضله قلب که در طی حمله قلبی ممکن است رخ دهد. وقتی عامل تنگی نفس حمله قلبی باشد علائم دیگری چون درد و فشار در قفسه سینه نیز ایجاد می شود.

- نارسایی قلبی که در آن توانایی پمپاژ خون در بدن توسط قلب مختل می شود.

- تغییرات دستگاه گردش خون و دستگاه تنفس در طول بارداری، حتی قبل از اینکه زن به وضوح باردار باشد، این نوع تنگی نفس در طی بارداری طبیعی تلقی می شود.

تنگی نفس مزمن : برخی از علل ایجاد کننده تنگی نفس حاد باعث تنگی نفس مزمن هم می شوند. به عنوان مثال، علائم آسم و نارسایی قلبی می توانند منجر به تنگی نفس طی ماهها تا سالها شوند.

تنگی نفس چیست شایع ترین علل تنگی نفس مزمن عبارتند از

- آسم

- بیماری های انسدادی مزمن ریوی – شرایطی که اغلب در سیگاری های فعلی یا سابق وجود دارد و شامل برونشیت مزمن و آمفیزم است.

- بیماری بافت بینابینی ریه – مجموعه ای از بیماری های ریوی که باعث آسیب به بافت ریه می شوند.

- اختلالات عضلانی قلب – شرایطی که طی آن اندازه و شکل قلب و توانایی پمپاژ خون به نواحی بدن تغییر می کند.

- عدم آمادگی – یک اصطلاح تکنیکی مبنی بر عدم تناسب فرد است، به عنوان مثال اگر شما به طور منظم ورزش نکنید، به سرعت دچار تنگی نفس هنگام بالا رفتن از پله ها می شوید.

- چاقی نیز به عنوان بار اضافه بر قفسه سینه و ریه ها می تواند از علل تنگی نفس به حساب آید.

- افزایش فشار خون شریان ریوی

علائم تنگی نفس

دیس پنه (تنگی نفس)



بیمارستان شهید بهشتی بندر انزلی

پزشکان ممکن است از شما بخواهند که برای تشخیص مشکلاتان یکی یا برخی از تست های زیر را انجام دهید:

- هماتوکریت جهت بررسی کم خونی، شرایطی که طی آن توانایی خون در رساندن اکسیژن تحت تاثیر قرار می گیرد.

- عکس از قفسه ی سینه برای پنومونی و یا التهاب یا اسکار ریه.

- نوار قلب جهت بررسی عملکرد قلب و بررسی از نظر سکتة ی قلب.

- اسپیرومتری جهت بررسی ظرفیت حجمی ریه ها و قدرت تخلیه هوا از ریه. این تست می تواند آسم یا آمفیزم را نشان دهد.

- اکسیمتری برای تخمین میزان اکسیژن خون

درمان تنگی نفس

درمان تنگی نفس به علل ایجاد کننده آن بستگی دارد، به عنوان مثال تنگی نفس ناشی از آسم به یک نوع درمان نیاز دارد، در حالیکه تنگی نفس ناشی از نارسایی قلبی به درمان دیگری نیاز دارد. بعد از بررسی های لازم و بر حسب تشخیص پزشک و شرایط بیمار، درمان مناسب تجویز می شود.

بیماران علائم تنگی نفس را به صورت های مختلفی توصیف می کنند، برخی می گویند ولع به

هوا دارند، برخی دیگر می گویند، نمی توانند نفس عمیق بکشند. این گونه توصیفات می تواند اطلاعات مهمی درباره علل احتمالی این مشکل در اختیار پزشک قرار دهد.

کی به پزشک مراجعه کنیم؟

هر کس که دچار تنگی نفس شود به ویژه اگر در زمان استراحت باشد، باید به پزشک مراجعه کند. اگر شما تنگی نفس شدید و یا درد قفسه سینه و تهوع دارید باید به نزدیکترین اورژانس مراجعه کنید. تنگی نفس علامتی نیست که نادیده گرفته شود.

تشخیص تنگی نفس

پزشک از طریق توصیفات شما از مشکل و بررسی سایر علائم همراه، همچنین طی م عاینه و از طریق سمع قلب و ریه ی شما به وسیله گوشی پزشکی و ارزیابی اندام های تحتانی از نظر تورم، اطلاعات فراوانی کسب می کنند.

تست ها