

دليل الوالدين لمرض الربو



الكورتيكوستيرويدات المُستنشقة المساعدة التي تقدمها

فهم الطريقة التي يعمل بها دواء الربو الخاص بطفلك

عندما يصف الطبيب المعالج لطفلك أحد الأدوية، يكون شاغلك الأول شأئك في ذلك شأن معظم الآباء معرفة كل شيء عن هذا الدواء، وعن المادة التي يتكون منها، وفهم الطريقة التي يعمل بها. أمهل نفسك بضع دقائق لتتعلم المزيد عن نوع مهم من الأدوية، يُعرف باسم الكورتيكوستيرويدات المُستنشقة ، والذي يُستخدم في علاج الربو.

ما المقصود بالكورتيكوستيرويدات المُستنشقة؟

الكورتيكوستيرويدات المُستنشقة عبارة عن هرمونات صناعية يفرزها جسم الإنسان بشكل طبيعي^١. وهي تساعد في الحد من التهاب (تورم) الممرات الهوائية للرئتين^٢، وتعتبر حلاً فعالاً لعلاج مرض الربو، وهي حالة مرتبطة بالالتهاب^٣. وتُسمى أيضًا «الاستنشقات الوقائية» لأنها تساعد في الوقاية من ظهور أعراض الربو لدى طفلك!

تتغلغل الكورتيكوستيرويدات المُستنشقة مباشرةً في الرئتين للوقاية من ظهور أعراض الربو:^{١٣}

تقليل التهاب الممرات الهوائية ^٢	تقليل تهيج الممرات الهوائية ^٢	تقليل إنتاج المخاط ^٢	تقليل الالتهاب في الممرات الهوائية ^٢
--	--	------------------------------------	--

على مر السنين، كانت الكورتيكوستيرويدات المُستنشقة المُستخدمة في علاج الربو موضوعاً لدراسات مسهبة أجريت على مجموعات كبيرة من البالغين والعديد من الأطفال في سن الثانية من العمر، وتبين أنها آمنة عند تناولها حسب توجيهات الطبيب.^٣

أدوية التحكم و الإنقاذ معرفة الاختلافات

يوجد نوعان من الأدوية المُستخدمة لعلاج الربو:

- الوقائيات (أدوية التحكم): تُستخدم يوميًا للوقاية من ظهور الأعراض عن طريق تقليل التهاب وحساسية الممرات الهوائية. ومن الضروري استخدامها حتى في حالة عدم ظهور الأعراض لدى طفلك.¹
- أدوية الإنقاذ: تُستخدم أجهزة الاستنشاق هذه عند الحاجة لتخفيف الأعراض عند ظهورها.¹ ويُرجى العلم أن تلك أدوية الإنقاذ لا تقلل من التهاب/تورم الممرات الهوائية.²

أنواع العلاج	وقت الاستخدام	الغرض	الفوائد الرئيسية
الوقائيات (أدوية التحكم)	تُستخدم يوميًا، حتى في حالة عدم ظهور الأعراض ¹	الوقاية من ظهور الأعراض والنوبات ¹	تحسن من فرص طفلك على المدى الطويل في التحكم في مرض الربو وتقلل من احتمال حدوث ضرر في الممرات الهوائية. ²
أدوية الإنقاذ	تُستخدم عند ظهور الأعراض ¹	تعمل على تخفيف أعراض مرض الربو ²	تؤدي إلى استرخاء العضلات المحيطة بالممرات الهوائية الضيقة بسرعة (في غضون ١٠ دقائق)، ليعود التنفس بسهولة مرة أخرى. ²

تناول أدويةك دائمًا حسب
تعليمات الطبيب المعالج

REFERENCES:

1. National Health services. Treatments for asthma. Available at: <http://www.nhs.uk/Conditions/Asthma/Pages/Treatment.aspx>. Last accessed: October 19th-2017.
2. National Health Services. Asthma Child Health Patient Information Leaflet. Available at: http://www.enherts-tr.nhs.uk/patient-information/files/downloads/2011/04/asthma_child_paediatrics.pdf. Last accessed: October 19th-2017.

دليل الآباء للرذاذات

ما المقصود من الرذاذة؟

الرذاذة عبارة عن جهاز يحول الدواء السائل إلى رذاذ خفيف. ويمكن استنشاق هذا الرذاذ بعد ذلك من خلال قناع على الوجه أو من خلال قطعة فموية.^١

اتباع هذه النصائح ليصبح استخدام الرذاذة تجربة ممتعة لك ولطفلك:

- اجعلها جزءًا من روتينك اليومي. واستخدم الرذاذة في نفس الوقت (أو الأوقات) كل يوم، حتى يألف طفلك موعدها.
- قم بإطلاق اسم خاص على وقت العلاج، مثل «وقت التنفس بشكل أفضل». حاول أن تجعل وقت استخدامها مسليًا كقراءة القصص أو الغناء أو اللعب بألعاب خاصة فقط خلال وقت استخدام الرذاذة.
- مشاهدة أحد العروض سويًا.
- اسمح لطفلك بتزيين جهاز الرذاذة بوضع ملصقات عليها.
- جرب أن يجلس طفلك على مقعد مرتفع. وإذا لم يجد راحته في ذلك، ربما سيساعده الجلوس في حضنك.
- بالنسبة للطفل كثير الأرق، حاول استخدام الرذاذة عند نومه.
- إذا كان طفلك خائفًا من القناع، يمكنك تشبيهه بقناع «الطيار» أو «رائد الفضاء». ويمكنك حتى عرض فيلم عن الطيارين أو رواد الفضاء واستعمال بعض من لغتهم مثل «ابدأ تشغيل المحركات» قبل تشغيل الرذاذة. كما يمكنك شراء أقنعة على شكل تنانين وحيوانات أخرى.
- إذا كان طفلك في عمر يسمح له بمساعدتك في وضع القناع أو حمل الأنبوب وتشغيل الجهاز، فاطلب منه مساعدتك.
- امدح طفلك على حسن أدائه!

يمكنك كذلك السماح لطفلك باستخدام تطبيق
The Neb Adventures ، والذي سيقويه مشغولاً طوال فترة
استخدام الرذاذة

تناول أدويةك دائمًا حسب تعليمات الطبيب المعالج



نصائح استخدام الرزذات لمقدم الرعاية

طريقة استخدام الرزذاة¹

- اقرأ التعليمات واغسل يديك قبل تجميع الرزذاة وتحضير العلاج.
- تأكد من وضع الجهاز على سطح مستوٍ.
- ضع الدواء في الوعاء. وقم بتوصيل الأنبوب بالجهاز ثم تشغله. وسيخرج الرزذاذ بعد ذلك.
- ضع القطعة الفموية في الفم أو اجعله يرتدي القناع. ويجب أن يتناسب القناع بشكلٍ مريح مع الأنف والفم.
- يجب على الطفل إجراء عملية الشهيق والزفير ببطء وبعمق، وحبس كل نفس لمدة ثانية أو ثانيتين حتى يفرغ الدواء من الوعاء (حوالي ٥ إلى ١٠ دقائق).
- قم بإيقاف تشغيل الجهاز وافصل الأنبوب.
- إذا كان الطفل في عمر يسمح له بشطف فمه بالماء واحتساء الماء، فاطلب منه القيام بذلك.
- نظف الجهاز ثم قم بتخزينه في كيس بلاستيكي.

REFERENCES:

1. California Childcare Health Program. Asthma Information Handbook. Available at: https://cchp.ucsf.edu/sites/g/files/tkssra181/f/Handbook_EN_0606.pdf. Last accessed: October 19th-2017.

الاعتناء بجهاز الرذاذة النفاث الخاص بطفلك

تستدعي أجهزة الاستنشاق عناية خاصة لتعمل بشكل جيد!

- قم برج الأنبوب حتى تخرج الرطوبة الزائدة بعد كل عملية استخدام. ويمكن تشغيل الجهاز لبضع دقائق أثناء توصيله بالأنبوب ليس إلا لإزالة الرطوبة الزائدة من الأنبوب.
- اتبع تعليمات التنظيف الواردة مع الرذاذة. وفي معظم الحالات، يُنصح بتنظيف الأجزاء جيدًا بالماء والصابون وتركها في الهواء الجاف وقد يكون من المستحسن شطف الرذاذات بالخل كل ثلاثة أيام.

يُحظر استعمال الأنابيب أو القطع الفموية أو الأجهزة مكان الغير!

تجنب نقع الأنبوب!

- جفف جميع أجزاء الرذاذة جيدًا بالهواء قبل تخزينها.
- امسح جهاز الرذاذة والجسم الخارجي للأنبوب بقطعة قماش مبللة بعد كل استخدام.
- افحص المرشح كل شهر واستبدله عند اللزوم.
- قم بتخزين الجهاز في كيس بلاستيكي أو حاوية لتقليل تعرضه للغبار.

REFERENCES:

1. Asthma UK. Getting emergency treatment through a nebuliser. Available at: <https://www.asthma.org.uk/advice/inhalers-medicines-treatments/treatments-a-and-e/nebulisers/>. Last accessed: October 19th-2017.

خطة متابعة علاج الربو^١

إستمر - في استخدام دواء التحكم في الربو حسب الجرعة الموصوفة

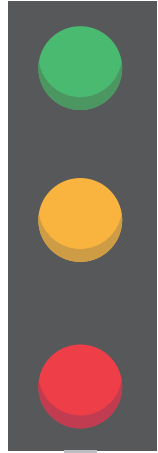
إذا كان طفلك يتنفس جيدًا، فسيكون كل شيء على ما يرام. حيث يمكنه الاستمرار في اللعب والضحك والقيام بأنشطة أخرى.

تنبيه - أضف دواء التخفيف السريع حسب الجرعة الموصوفة

إذا بدأت أعراض الربو المتكررة والحادة في الظهور على الطفل، فيلزم عليه توقي الحذر وأن يكون على دراية بالأنشطة التي قد تزيد من سوء حالة الربو لديه.

خطر - عليك الحصول على مساعدة الطبيب

إذا كان الطفل يعاني من صعوبة شديدة في التنفس، فيعني ذلك أنه يمر بحالة طارئة وحث الوقت للحصول على المساعدة الفورية.



فيما يلي بعض المسببات الشائعة التي يجب وضعها في الاعتبار

مسببات أخرى ^٢	المهيجات ^{١٢}	مثيرات الحساسية ^١
<input type="checkbox"/> بعض الأدوية <input type="checkbox"/> المضافات الغذائية مثل الكبريت في الأطعمة (الفواكه المجففة) أو المشروبات (اللبند) <input type="checkbox"/> مرض الارتجاع الذي يسبب حرقة المعدة <input type="checkbox"/> بعض المواد الكيميائية <input type="checkbox"/> حالات العدوى (العدوى الفيروسية)	<input type="checkbox"/> الروائح/العطور النفاذة <input type="checkbox"/> دخان السجائر <input type="checkbox"/> أبخرة الطهي <input type="checkbox"/> دخان الخشب <input type="checkbox"/> المنظفات المنزلية <input type="checkbox"/> الروائح النفاذة المنبعثة من الطلاء <input type="checkbox"/> الغبار والأوساخ والسخام والدخان <input type="checkbox"/> الهواء البارد <input type="checkbox"/> التغيرات في الطقس (الحرارة الشديدة أو البرودة الشديدة)	<input type="checkbox"/> غبار طلع الأشجار/الحشائش/ الزهور الأعشاب <input type="checkbox"/> الطعام <input type="checkbox"/> العفن <input type="checkbox"/> الحيوانات <input type="checkbox"/> عث الغبار <input type="checkbox"/> الصراصير
<input type="checkbox"/> مهيجات إضافية		

مُعَد ل: إعداد:

الهاتف: تاريخ سريان الخطة:

الوالد/الوصي: الهاتف:

جهة الاتصال في حالات الطوارئ: الهاتف:

معزف استخدام الرذاذ:

خطة متابعة علاج الربو¹

إستمر - في استخدام الأدوية حسب الجرعة الموصوفة كل يوم



العلامات والأعراض

- الطفل في حالة جيدة
- التنفس جيد
- لا توجد أعراض مرض الربو
- لا توجد أعراض حتى أثناء اللعب النشط

الدواء	المقدار المسموح بتناوله	وقت تناوله
عند التعرض لنوبة ربو أثناء التمرين، تناول:		
تعليقات		

ذروة الجريان الموضحة أعلاه

تنبيه - استمر في تناول الأدوية اليومية وأضف الدواء السريع حسب الجرعة الموصوفة



العلامات والأعراض

- السعال
- التنفس بصغير
- سيلان الأنف أو غيرها من أعراض البرد
- ازدياد الصعوبة في التنفس أو التنفس بسرعة
- السعال الموقظ من النوم
- اللعب بشكل أقل من المعتاد

الدواء	المقدار المسموح بتناوله	وقت تناوله
الأول		
الثاني		
عند التعرض لنوبة ربو أثناء التمرين، تناول:		
تعليقات		

ذروة الجريان من الى

خطر - قم بإعطاء الأدوية للطفل حسب الجرعة الموصوفة واتصل بالطبيب فورًا



العلامات والأعراض

- استمرار تنفس الطفل بصغير أو السعال أو صعوبة في التنفس أو تدهور حالته، حتى بعد إعطاء الأدوية.
- صعوبة تنفس الطفل لدرجة معاناته من مشاكل في المشي/الكلام/تناول الطعام/اللعب.
- شعور الطفل بالنعاس أو قلة يقظته بدرجة أقل من المعتاد.

دواء الطوارئ	المقدار المسموح بتناوله	وقت تناوله
الأول		
الثاني		
تعليقات		

ذروة الجريان الموضحة أعلاه

REFERENCES:

1. California Childcare Health Program. Asthma Information Handbook. Available at: https://cchp.ucsf.edu/sites/g/files/tksra181/f/Handbook_EN_0606.pdf. Last accessed: October 19th-2017.

