

الدخول إلى حساب المريض

اطلب تحديد موعد

إعتر على طبيب

إعتر على وظيفة

تبرع الآن

رعاية المريض والمعلومات الصحية الأمراض والحالات

طلب موعد

# الربو

الأعراض والأسباب التشخيص والعلاج الأطباء والأقسام الرعاية في Mayo Clinic (مايو كلينك)

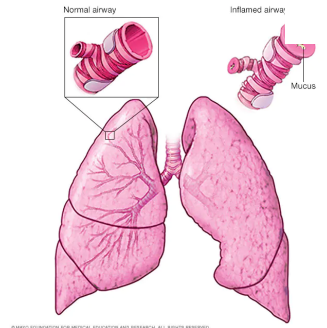
## طباعة

## نظرة عامة

الربو حالة تضيق فيها الممرات الهوائية وتنتفخ وقد ينتج عنها مخاط إضافي. وهذا يمكنه جعل التنفس صعباً ويؤدي إلى السعال وظهور صوت صفير (أزيز الصدر) عند الزفير وضيق النفس.

بالنسبة لبعض الأشخاص، يعتبر الربو مصدر إزعاج بسيطاً. وبالنسبة للآخرين، يمكن أن يكون مشكلة كبيرة تتداخل مع الأنشطة اليومية وقد يؤدي إلى نوبة ربو تهدد الحياة.

لا يمكن علاج الربو، ولكن يمكن السيطرة على أعراضه. نظراً لأن الربو غالباً ما يتغير بمرور الوقت، فمن المهم أن تعمل مع الطبيب المعالج لك لتتبع العلامات والأعراض وتعديل العلاج حسب الحاجة.



نوبة الربو

# الأعراض

تختلف أعراض الربو من شخص لآخر. فقد تصاب بنوبات ربو غير متكررة، أو تظهر عليك أعراض في أوقات معينة فقط - مثل عند ممارسة الرياضة - أو قد تصاب بالأعراض طوال الوقت.

تتضمن علامات الربو وأعراضه ما يلي:

- ضيق النفس
- ضيق الصدر أو ألم الصدر
- أزيز الصدر عند الزفير، وهو علامة شائعة للربو عند الأطفال
- صعوبة النوم بسبب ضيق النفس أو السعال أو الأزيز
- نوبات السعال أو الأزيز التي تتفاقم بسبب فيروس الجهاز التنفسي، مثل البرد أو الإنفلونزا

تشمل العلامات التي تشير إلى أن الربو يزداد سوءًا ما يلي:

- تكون علامات الربو وأعراضه أكثر تواترًا وإزعاجًا
- زيادة صعوبة التنفس، وفقًا لقياسها بجهاز يُستخدم للتحقق من مدى كفاءة عمل الرئتين (مقياس ذروة الجريان)
- الحاجة إلى استخدام جهاز الاستنشاق للإغاثة السريعة بشكل أكثر تكرارًا

بالنسبة لبعض الأشخاص، تتفاقم علامات الربو وأعراضه في مواقف معينة:

- الربو الناجم عن ممارسة الرياضة، والذي يتفاقم عندما يكون الهواء باردًا وجافًا
- الربو المهني، الناجم عن المهيجات في مكان العمل مثل الأبخرة الكيميائية أو الغازات أو الغبار
- الربو الناجم عن الحساسية، والذي ينتج عن المواد المحمولة في الهواء، مثل حبوب اللقاح، أو أبواغ العفن، أو نفايات الصراصير، أو جزيئات الجلد واللحاح المجففة التي تتساقط من الحيوانات الأليفة (وبغ الحيوانات الأليفة)

متى يجب زيارة الطبيب

اطلب العلاج الطارئ

قد تشكل نوبات الربو الشديدة خطرًا على حياتك. تعاون مع طبيبك لتحديد ما يجب فعله عندما تسوء مؤشرات المرض والأعراض لديك - ومتى تحتاج إلى العلاج الطارئ. تتضمن مؤشرات

- التدهور السريع لضيق النفس أو الأزيز
- عدم التحسن حتى بعد استخدام منسقة سريعة المفعول
- ضيق النفس عند قيامك بأنشطة بدنية ضئيلة

اتصل بطبيبك

ينبغي زيارة الطبيب:

- إذا كنت تعتقد أنك مصاب بالربو. إذا استمر السعال أو الأزيز لأكثر من بضعة أيام أو كانت لديك مؤشرات أو أعراض أخرى خاصة بالربو، فتوجه لزيارة طبيبك. فقد يمنع علاج الربو مبكراً تلف الرئة على المدى الطويل ويساعد على منع تدهور الحالة بمرور الوقت.
  - لمراقبة الربو بعد التشخيص. إذا كنت تعلم أنك مصاب بالربو، فتعاون مع طبيبك لإبقائه تحت السيطرة. حيث تساعدك السيطرة الجيدة طويلة الأجل على الشعور بالتحسن من يوم إلى آخر، كما يمكنها أن تمنع حدوث نوبة الربو المهددة للحياة.
  - إذا ازدادت أعراض الربو سوءاً، اتصل بطبيبك على الفور إذا كان الدواء الخاص بك لا يخفف الأعراض، أو إذا كنت بحاجة إلى استخدام منسقة سريعة المفعول أكثر من المعتاد.
- ولا تتناول أدوية أكثر من الموصوفة دون استشارة طبيبك أولاً. حيث يمكن أن يتسبب الإفراط في استخدام أدوية الربو في حدوث آثار جانبية، وقد يؤدي ذلك إلى سوء نوبة الربو لديك.
- لمراجعة علاجك. يتغير الربو عادةً على مدار الزمن. زُر طبيبك بانتظام لمناقشة أعراضك وإجراء أي تعديلات ضرورية على العلاج.

للمزيد من المعلومات

[الربو - الرعاية في Mayo Clinic \(مايو كلينيك\).](#)

[إنخلل الوظيفي في الأحبال الصوتية](#)

[صعوبة في التنفس](#)

[طلب موعد في مايو كلينيك](#)

# الأسباب

ليس من الواضح سبب إصابة بعض الأشخاص بالربو وعدم إصابة آخرين به، لكن ربما يرجع ذلك إلى مجموعة من العوامل البيئية والوراثية (الجينية).

## مسببات الربو

يمكن أن يؤدي التعرض لمختلف المهيجات والمواد المسببة للحساسية (مسببات الحساسية) إلى ظهور مؤشرات مرض الربو وأعراضه، وتختلف مسببات الربو من شخص لآخر، ويمكن أن تشمل ما يلي:

- مسببات الحساسية المتطايرة في الهواء، مثل حبوب اللقاح أو عث الغبار أو جراثيم العفن أو وبر الحيوانات الأليفة أو حبيبات فضلات الصراصير
- حالات عدوى الجهاز التنفسي مثل الزكام
- الأنشطة البدنية
- الهواء البارد
- ملوثات الهواء والمهيجات مثل الدخان
- أدوية معينة مثل حاصرات مستقبلات بيتا والأسبرين ومضادات الالتهاب غير الستيرويدية مثل الأيبوروفين (أدفييل، موترين آي بي، وغيرهما) ونابروكسين الصوديوم (أليف)
- الانفعالات القوية والتوتر
- الكبريتيت والمواد الحافظة المضافة إلى بعض أنواع الأطعمة والمشروبات، بما في ذلك الجمبري والفواكه المجففة والبطاطس المصنعة والبيرة والتبغ
- داء الارتجاع المعدي المريئي (GERD)، وهي حالة تترد فيها أحماض المعدة إلى حلقك

للمزيد من المعلومات

[الربو - الرعاية في Mayo Clinic \(مايو كلينك\).](#)

[الربو والارتجاع الحمضي](#)

## عوامل الخطر

يُعتقد أن هناك عددًا من العوامل تزيد من فرص الإصابة بالربو. وتضمن ما يلي:

- إصابة أحد أقرباء الدم (أحد الأبوين أو الأشقاء) بالربو
- الإصابة بحالة حساسية أخرى ، مثل التهاب الجلد التأتبي - الذي يسبب احمراراً وحكة في الجلد - أو حُمى القش - التي تسبب سيلان الأنف واحتقاناً وحكة في العينين
- زيادة الوزن
- أن تكون مدخنًا
- التعرض للتدخين السلبي
- التعرض لأدخنة العادم أو أنواع أخرى من التلوث
- التعرض لمحفزات مهنية مثل المواد الكيميائية المستخدمة في الزراعة وتصنيف الشعر والتصنيع

## المضاعفات

تتضمن مضاعفات الربو ما يلي:

- مؤشرات المرض والأعراض التي تتداخل مع النوم والعمل والأنشطة الأخرى
- أيام الإجازات المرضية من العمل أو المدرسة أثناء نوبات احتدام الربو
- ضيقًا دائمًا في الأنابيب التي تحمل الهواء من وإلى رئتيك (القصبات الهوائية)، ما يؤثر في مدى قدرتك على التنفس
- التردد على أقسام الطوارئ وحالات دخول المستشفى للعلاج من نوبات الربو الحادة
- الآثار الجانبية الناتجة عن الاستخدام طويل الأمد لبعض الأدوية المستخدمة لضمان استقرار حالة الربو الحاد

يقوم العلاج المناسب بدور كبير في الوقاية من المضاعفات قصيرة وطويلة الأمد الناتجة عن الربو.

## الوقاية

في حين أنه لا توجد طريقة للوقاية من الربو، يمكنك أنت والطبيب المعالج لك وضع خطة تدريبية للتعايش مع حالتك ومنع نوبات الربو.

- اتبع خطة العمل الخاصة بك لعلاج مرض الربو. بالتعاون مع الطبيب المعالج لك وفريق الرعاية الصحية الخاص بك، اكتب خطة مفصلة لتناول الأدوية وإدارة نوبة الربو. ثم تأكد من اتباع خطتك.
- الربو حالة مستمرة تحتاج إلى مراقبة وعلاج منتظمين. التحكم في علاجك يمكن أن يشعرك بمزيد من التحكم في حياتك.

- احصل على لقاح ضد الإنفلونزا والتهاب الرئة. الحصول على التطعيمات أولاً بأول يمكن أن يمنع الإنفلونزا والتهاب الرئة من تحفيز نوبات احتدام الربو.
- حدد مسببات الربو وتجنبها. يمكن أن يؤدي عدد من مسببات الحساسية والمهيجات الموجودة في الهواء الطلق -التي تتراوح من حبوب اللقاح والعفن إلى الهواء البارد وتلوث الهواء- إلى حدوث نوبات الربو. تعرف على أسباب الإصابة بالربو أو أسباب تفاقمه، واتخذ خطوات لتجنب هذه المحفزات.
- مراقبة التنفس. قد نتعلم التعرف على علامات التحذير التي تشير إلى احتمالية حدوث نوبة وشيكة، مثل السعال الخفيف أو أزيز الصدر أو ضيق النفس.
- ولكن نظراً لأن وظائف الرئة قد تنخفض قبل أن تلاحظ أي علامات أو أعراض، قم بقياس ذروة تدفق الهواء بانتظام وتسجيلها باستخدام مقياس ذروة الجريان المنزلي. ويقاس مقياس ذروة الجريان مدى صعوبة الزفير. ويمكن للطبيب المعالج لك أن يوضح لك كيفية مراقبة ذروة الجريان في المنزل.
- التعرف على الهجمات ومعالجتها مبكراً. إذا تصرفت بسرعة، فستكون أقل عرضة للإصابة بنوبة شديدة. لن تحتاج أيضاً إلى الكثير من الأدوية للسيطرة على الأعراض لديك.
- عندما تنخفض قياسات ذروة الجريان وتذهب إلى نوبة قادمة، تناول الدواء وفقاً للتعليمات. أيضاً، أوقف فوراً أي نشاط قد يكون قد تسبب في النوبة. إذا لم تتحسن الأعراض، فاحصل على المساعدة الطبية وفقاً لتوجيهات خطة العمل الخاصة بك.
- تناول الأدوية كما هو محدد في الوصفة الطبية. لا تغير أدويةك دون التحدث مع الطبيب المعالج لك أولاً، حتى إذا بدا أن الربو يتحسن. من الجيد إحضار أدويةك معك إلى كل زيارة من زيارات الطبيب. يمكن للطبيب المعالج لك التأكد من أنك تستخدم أدويةك بشكل صحيح وأنك تتناول الجرعة المناسبة.
- انتبه إلى زيادة استخدام أجهزة الاستنشاق المخصصة للإغاثة السريعة. إذا وجدت نفسك تعتمد على جهاز الاستنشاق المخصص للإغاثة السريعة، مثل ألبوتيرول، فإن الربو الذي تعاني منه لا يكون تحت السيطرة. راجع الطبيب المعالج لك بشأن تعديل علاجك.

[Mayo Clinic](#) بقلم كادر عبادة

الربو - الرعاية في [Mayo Clinic](#) (مايو كلينك).

[طلب موعد في مايو كلينك](#)

التشخيص والعلاج

[أظهر المراجع](#)

## ذات صلة

[أجهزة استنشاق المخصصة لمرضى الربو: أي جهاز هو المناسب لك؟](#)

[أجهزة تنقية هواء الأوزون](#)

[أدوية الربو](#)

أظهر المزيد من المواضيع ذات الصلة

Products & Services

[الأشعة السينية](#)

[الفحص - بالتصوير المقطعي المحوسب](#)

[جرعات الحساسية](#)

أظهر المزيد من الإجراءات ذات الصلة

News from Mayo Clinic

[Science Saturday: Big data helps in understanding asthma biologic use, outcomes](#)

March 05, 2022, 12:00 p.m. CDT

[Expert Alert: Mayo Clinic Healthcare pulmonologist offers tips to manage asthma](#)

Jan. 12, 2022, 03:00 p.m. CDT

[Mayo Clinic Q&A podcast: Asthma management planning can prevent asthma attacks](#)

Sept. 20, 2021, 12:15 p.m. CDT

Products & Services

[Book: Mayo Clinic Book of Home Remedies](#)

[الأعراض والأسباب](#)

[التشخيص والعلاج](#)

[الأطباء والأقسام](#)

[الرعاية في Mayo Clinic \(مايو كلينك\).](#)

## Advertisement

لا تُقدم Mayo Clinic الدعم للشركات أو المنتجات المُعلَن عنها هنا. لكن تدعم العائدات الإعلانية رسالتنا غير الربحية.

الإعلان والرعاية

البوليصة | فرص الإعلان | خيارات الإعلان

## Mayo Clinic Press

تحقق من هذه الكتب الأكثر مبيعاً والعروض الخاصة على الكتب والنشرات الإخبارية من Mayo Clinic Press.

جديد - Cook Smart, Eat Well (اطبخ بذكاء، وتناول طعاماً صحياً)

تقييم النظام الغذائي المجاني من مايو كلينك

جديد - Mayo Clinic on Hearing and Balance (مايو كلينك وتخصصات السمع والاتزان)

كُتاب مجاني - Mayo Clinic Health Letter (رسالة مايو كلينك الصحية)

Live Younger Longer (استمتع بشبابك لعمر أطول)





تمثل مع معايير مؤسسة الصحة  
على شبكة الإنترنت لضمان  
المعلومات الصحية الجديرة  
بالثقة:  
تحقق من ذلك هنا.

مؤسسة مايو للتعليم والبحث الطبي. جميع الحقوق محفوظة.  
يُمكن إعادة طباعة نسخة واحدة من هذه المواد لغرض  
الاستعمال الشخصي غير التجاري فحسب. تتضمن  
العلامات التجارية التابعة لمؤسسة Mayo Clinic للتعليم  
والبحث الطبي: "Mayo Clinic" و"Mayo"  
و"MayoClinic.com" و"EmbodyHealth" والرمز  
ثلاثي الدروع التابع ل Mayo Clinic.

يمثل أي استخدام لهذا الموقع الإلكتروني موافقتك على  
الأحكام والشروط وسياسة الخصوصية في الرابط  
الإلكتروني أدناه.  
الشروط والأحكام  
سياسة الخصوصية  
إشعار بممارسات الخصوصية