



الرّبو

والأزيز | سنوات الحياة الأولى

دليل الأزيز للأهل وأولئك
الذين يقدمون الرعاية
للرضع والأطفال الصغار

للأهل ومقدمي الرعاية



يحدث الأزيز عندما تضيق مجاري الرئة الهوائية الدقيقة أو تنقبض. هذا يجعل التنفس صعباً وقد يؤدي إلى صفير عند الزفير.

قد يكون الأزيز عارضاً للربو حيث قد يؤدي التورم والبلغم وانقباض العضلات مجتمعين إلى ضيق في المجاري الهوائية.

لكن الربو ليس السبب الوحيد للأزيز. على سبيل المثال، يمكن للأزيز أن يكون أيضاً عارضاً لحالات تنفسية أخرى مثل التهاب الشعبات الذي هو التهاب الرئة يسببه فايروس. بالإضافة إلى ذلك، قد تؤدي التهابات فيروسية أخرى للمجاري الهوائية مثل الفيروس التنفسي المخلوي (RSV) لإنتاج زائد من البلغم الذي قد يتراكم ويسد المجاري الهوائية. هذا مرجح بصورة خاصة عند طفل مجاريه الهوائية ضيقة وشكلها غير سوي عند الولادة.

لذلك إنه من المهم مكن التذكر أنه عندما تضيق المجاري الهوائية الصغيرة السفلى، قد يكون السبب أشياء مختلفة اعتماداً على الحالة التي قد يعاني منها الطفل أو مشكلته.

هل هناك أنواع أزيز مختلفة؟

وجدت الدراسات على الرضع والأطفال أنه هناك أنواع مختلفة من الأزيز عند حديثي السن، تشمل الأزيز العابر (المؤقت) والمستديم.

يؤثر الأزيز العابر على أكثر من نصف الأولاد الذين يتنفسون بأزيز. يحدث ذلك عادة عندما يكون الطفل مصاباً بالتهاب، ويتوقف عندما يتحسن الطفل. يتوقف الأزيز العابر تماماً عادة في حوالي عمر الـ ٣ سنوات لأن المجاري الهوائية تنمو وتتوسع.

يوجد الأزيز المستديم عند الأطفال الذين يتنفسون بأزيز مستمر بعد سنوات مرحلة ما قبل المدرسة والذين لديهم حالات أرجية (حساسية) أخرى. يشمل ذلك الإصابة بالأكزما، حمى الكلا أو أنف سيال بدون زكام.

رغم أننا نعلم عن أنواع الأزيز المختلفة، فإنه لا يزال من الصعب أحياناً القول إذا كان الطفل مصاباً بأزيز عابر أو مستديم.

التهاب الشعبات هو مرض يرافقه الأزيز تسببه عادة الفيروسات. يسبب التهاب الشعبات أزيزاً عابراً عند الصغار، وبصورة خاصة عند الرضع والأطفال تحت سن ١٢ شهراً. إذا كان طفلك مصاباً بحالة في الرئة مثل التهاب الشعبات، هذا لا يعني بالضرورة أن حالته أو حالتها ستتطور إلى ربو.



هل هناك رابط بين الربو والأزيز؟

إن الأزيز شائع جداً في سنين الحياة القليلة الأولى. إنه مؤقت لكثير من الأطفال ولا يعني أنهم مصابون بالربو.

من المرجح أكثر أن يرتبط الأزيز بالربو إذا كان الطفل مصاباً بكلتا الأزيز والمستديم والأرجيات (الحساسيات). إنه أيضاً من المرجح أكثر عندما يكون واحد أو كلا الأهل مصاباً بالأرجيات أو الربو.

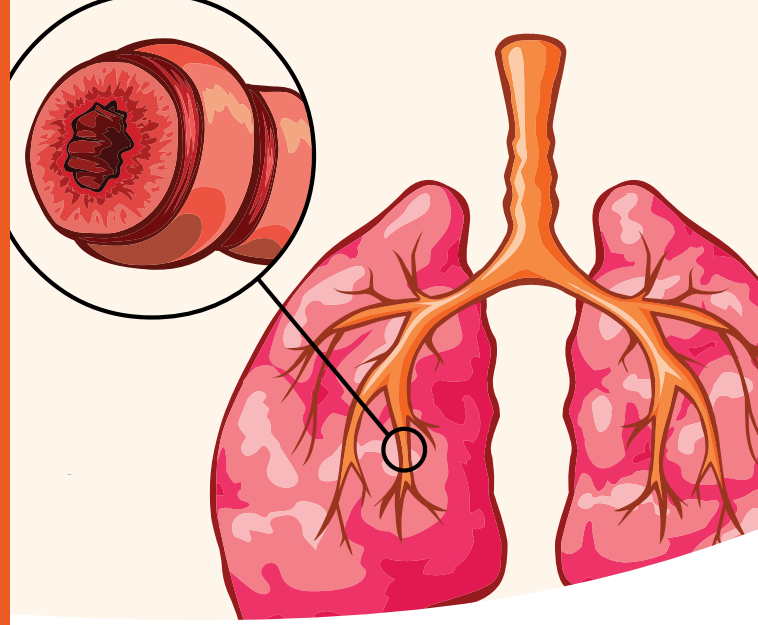
لكن قد لا يكون الطبيب متأكداً تماماً سواء الحالة هي ربو حتى يخضع الطفل لاختبار عمل الرئة (انظر كتيب "الربو واختبارات عمل الرئة" على nationalasthma.org.au).

يكون الطفل أحياناً صغيراً جداً لتنفيذ اختبارات عمل الرئة. لذلك من الموصى به أيضاً أن تدون المعلومات التالية وتشارك بها طبيب طفلك:

- عدد المرات التي يصاب بها طفلك بالأزيز، ضيق في النفس والسعال
- إذا استفاق طفلك في الليل بسبب السعال أو الأزيز، أو يسعل عادة عند التمرين
- عدد المرات وعدد البخاخات من الدواء المسكن (البخاخ الأزرق أو الرماذي) ومن دواء الستيرويد القموي (مثل ريديبرد *Redipred* أو بريدميكس *Predmix*) يستعمله الطفل
- سواء سبق وتناول طفلك دواءً مانعاً منتظماً عادة بخاخ برتقالي أو بني).

لتحديد أي من الأطفال من الأرجح أن يتطور لديهم الربو، فمن المهم أيضاً فهم أكثر عن كيفية تطور الربو.

التحقق إذا كان أزيز طفلك يسببه الربو ينطوي على تجميع أنواع مختلفة من المعلومات مع مرور الوقت، ويشمل ذلك تاريخ العائلة، أي إشارات عن أَرَجِيَّة (حساسية)، وسواء يستمر الأزيز على الرغم من المعالجة بالأدوية.



ما هو الربو؟

الربو هو مرض المجاري الهوائية، وهي الأنابيب الصغيرة التي تحمل الهواء إلى داخل وخارج الرئتين. إن الأطفال المصابين بالربو لهم مجاري هوائية حساسة و"مضطربة".

عندما تتعرض لبعض العوامل المحركة للربو (مثل الهواء البارد، التمارين، الطلع والفيروسات) تقوم المجاري الهوائية الحساسة برد فعل. قد تصبح حمراء ومنتفخة (ملتهبة) وهذا يسبب تشدد عضلات المجاري الهوائية وإفراز بلغمًا (نخامة) زائداً. هذا يجعل من المجاري الهوائية ضيقة ويصعب على الشخص التنفس.

تشمل أعراض الربو ضيق في النفس، أزيز، سعال، وشعور انقباض في الصدر.

الربو حالة صحية يمكن التحكم بها.

رغم أنه لا يوجد علاج في الوقت الحاضر، مع تحكم جيد بالربو والتثقيف يمكن للأطفال المصابين بالربو عيش حياة طبيعية ونشطة.

ما الذي يمكن أن يزيد من خطر تطور الربو لدى طفلي؟

يؤثر الربو على أشخاص مختلفين بطرق مختلفة، وهذا سبب واحد لكون تعريفه وتشخيصه بهذه الصعوبة. توحى البحوث أن الربو يبدأ بالتطور باكراً جداً في الحياة (ربما قبل الولادة) وينطوي على تفاعل معقد بين الجينات والبيئة.

تاريخ الأسرة

إن تاريخ الأسرة عامل مهم في تطوير الربو والأزيز لدى الطفل. وجود عضو من الأسرة مصاب بحساسيات، بالربو أو بأمراض أخرى مؤثرة على المجاري الهوائية السفلى هو أيضاً عامل معرض لخطر جميع أنواع الأزيز. لقد ظهر أن الحساسية والربو الأمومية بشكل خاص تزيد من خطر تطور الأزيز المستديم للطفل.

لذلك من المهم أن تعلم طبيب طفلك إذا كان هناك تاريخ ربو أو حساسية في عائلة طفلك.

التدخين

إن التعرض لدخان التبغ أثناء الحمل وبعد الولادة قد يؤدي مؤرثتي طفلك. التعرض لدخان التبغ يزيد أيضاً من خطر الأزيز العابر والربو.

على النساء عدم التدخين أثناء الحمل، ويجب ألا يتعرض الصغار والأطفال للدخان أيضاً.

إذا كنت أو آخرين من سكان البيت من المدخنين، تكلم مع طبيبك عن خطوات تتخذها لمساعدتك على التوقف عن التدخين. لمزيد من الدعم، قم أيضاً بمعاينة موقع الحكومة الأسترالية quitnow.gov.au أو موقع مؤسسة السرطان في ولاية نيو ساوث ويلز icanquit.com.au

كيف تؤثر العدوى والحساسيات على الأزيز والربو؟

العدوى مثل التهاب الشعبات هي السبب الرئيسي للأزيز العابر. الحالات التي تزيد من خطر الإصابة بالعدوى (مثل وجود عدد أكبر من الإخوة والأخوات أو التواجد في مركز رعاية الطفل) هي أيضاً عوامل خطر التعرض للأزيز العابر.

يستمر الباحثون في التحقيق عن العلاقة بين الفيروسات، العدوى الأخرى، الحساسيات والربو، إضافة إلى الرابط بين فيتامين د والربو.

لمزيد من المعلومات عن الحساسيات انظر المنشورة "الربو والحساسية - دليل المرضى ومقدمي الرعاية" من خلال موقعنا nationalasthma.org.au

التحكم بالربو والأزيز

إذا كان طفلك يعاني من أزيز أو من انقطاع النفس، عليك طلب نصيحة من طبيب طفلك.

سيتمكن الطبيب من تقييم صحة طفلك والتوصية بدواء مناسب إذا لزم الأمر. إذا شخّص الطبيب حالة أزيز، قد يصف بخاخ دواء للمساعدة على توسيع مجاري طفلك الهوائية. يعرف هذا الدواء بدواء مخفف. هو نفس الدواء المستعمل للتحكم بأعراض الربو.

إن البخاخ المزود بمِفساح بنفس فاعلية المرذاذ، وهو أسهل الاستعمال، أقل ثمناً وله تأثيرات جانبية أقل. لمزيد من المعلومات عن استعمال المِفساح والمرذاذ انظر منشورة الوقائع عن نمط الحياة الصحي "استعمال المِفساح والرعاية" من خلال موقعنا: nationalasthma.org.au

إن أدوية الستيرويد القموية (مثل بريدينيسولون prednisolone) نادراً ما توصف كعلاج مستمر للأطفال دون سن المدرسة. بشكل عام، لن يحتاج أكثر الأطفال الصغار المصابين بأزيز عابر إلى علاج مانع. لمزيد من المعلومات انظر موقع المجلس الوطني للربو - أستراليا: nationalasthma.org.au أو موقع أطفالنا المصابين بالربو.

متى عليك السعي لمساعدة طبية إضافية

من المهم متابعة خطة عمل الربو الخاصة بطفلك لتحديد علامات وأعراض الربو، لكي تتمكن من المباشرة بإعطاء الدواء المخفف باكراً.

إذا احتاج طفلك إلى دواء مخفف مثل فانتولين Ventolin أو أسمول Asmol كل ٣ أو ٤ ساعات (خاصة إذا أعطيت جرعة ستيرويد قموي مثل ريديريد Redipred أو برديميكس Predmix) عليك التوجه حالاً إلى أقرب دائرة طوارئ. اعط دواء المنفاخ المخفف مع مِفساح إذا توفر.

إذا كنت قلقاً بالنسبة لأخذ طفلك إلى أقرب مستشفى، اتصل بالاسعاف على الرقم (٠٠٠). سيسانك عامل الاسعاف بالتصائح حتى وصول سيارة الاسعاف.

إذا زار طفلك المستشفى لأجل المعالجة تأكد أنك حصلت على خطاب خروج موجه إلى طبيب طفلك.

يوصى أيضاً أن تحجز موعداً مع طبيب العائلة خلال أسبوع بعد مغادرة المستشفى.

على طبيبك، الممرض الممارس أو الصيدلي شرح لك كيفية تناول طفلك للأدوية الخاصة بهم باستعمال جهاز المِفساح إذا توفر. لمعلومات عن استعمال أدوية الربو انظر: nationalasthma.org.au أو اتصل بمؤسسة الربو المحلية (انظر معلومات إضافية).

قبل مغادرة عيادة الطبيب (أو المستشفى إذا أدخل طفلك) تأكد أن بحودتك كل ما تحتاجه للتحكم بأزيز وربو طفلك، مثل:

- أدوية الربو و/أو وصفات الأدوية
- خطة عمل الربو (هذه خطة تعلمك عما تفعله إذا عانى طفلك من أعراض)
- تعليمات عن كيفية استعمال الأدوية والجهاز/ الأجهزة - مثل جهاز مِفساح مع بخاخ
- تثقيف عن الربو من محترف صحة و/أو إحالة إلى محترف صحة للحصول على تثقيف عن الربو.

أدوية وأجهزة الدواء

للأطفال الذين يبلغ عمرهم ٥ سنوات أو أقل، يوصي الخبراء باستعمال دواء مخفف (مثل فانتولين Ventolin أو أسمول Asmol) مع مِفساح عند حصول الأزيز. عليك استعمال قناع مع المِفساح حتى يبلغ طفلك سن ٤ أو ٥ سنوات.

المِفساح هو تجويف ماسك مصنوع عادة من البلاستيك على شكل كرة قدم أو أنبوب، يسهل تناول دواء الربو من البخاخ، ويساعد أيضاً على وصول الدواء بشكل مستقيم إلى المكان المحتاج في رئة طفلك.



مصادر الربو عند الأطفال والأزير

الأطفال، الأزير والربو

- حزمة موارد ربو الأطفال للأهل ومقدمي الرعاية. إنتاج مستشفى سيدني للأطفال راندويك، مستشفى الأطفال ويستميد وصحة الأطفال كاليدوسكوب هانتر شبكة: sch.sesahs.nsw.gov.au
- المجلس الوطني للربو - أستراليا موقع الأطفال والربو: kidswithasthma.org.au

التدخين

- موقع الحكومة الأسترالية: quitnow.gov.au
- موقع مؤسسة السرطان في ولاية نيو ساوث ويلز "بإمكانك ترك التدخين": icanquit.com.au

ما عليك تذكره؟

- إن الأزير شائع جداً في سنين الحياة القليلة الأولى ولكن أكثر من نصف الأطفال الذين يتنفسون بأزير لا يطورون مرض الربو
- من الأكثر راحة أن يتطور الربو للأولاد الذين يستمرون بتنفس بأزير بعد سن الثالثة والمصابين بالحساسيات أو أهلهم مصابين بحساسيات أو ربو
- إن العملية التي تؤدي إلى الربو تبدأ باكراً جداً في الحياة (ربما قبل الولادة) وتنطوي على تفاعل معقد بين الجينات والبيئة. يلعب تاريخ الربو والحساسية للأسرة دوراً مهماً
- التعرض لدخان التبغ يؤثر على نمو الرئة قبل وبعد الولادة. على النساء عدم التدخين أثناء الحمل، ويجب تلافي تعريض الصغار والأطفال لدخان التبغ.
- نادراً ما تكتب وصفة أدوية ستيرويد قشري (corticosteroid) قَمَوي لعلاج مستمر لمعظم أطفال مرحلة ما قبل المدرسة. للأطفال بعمر أو ما دون الخامسة، إن أول علاج هو منفاخ مخفف مع مِفَساح (وقناع إذا لزم الأمر)
- تكلم مع طبيبك إذا ظننت أن أعراض الربو تظهر على طفلك. اطلب مساعدة طبية إضافية إذا ظهرت على طفلك صعوبات إضافية في التنفس حتى بعد إعطاء الدواء الخاص بهم.

معلومات إضافية

- تحدث إلى طبيبك أو الصيدلي
- قم بزيارة موقع المجلس الوطني للربو - أستراليا
nationalasthma.org.au
- اتصل بالمؤسسة المحلية للربو
asthmaaustralia.org.au 130 645 1800
- قم بزيارة موقع الجمعية الأسترالية للمناعة السريية والأرجية على:
allergy.org.au

رغم أنه قد اتخذت كل العناية، فإن هذا الكتيّب هو بمثابة دليل عام فقط، وليس بديلاً للاستشارة والعلاج الطبي الشخصي. إن المجلس الوطني للربو - أستراليا يعلن بكل وضوح عدم مسؤوليته، (وضمناً الإهمال) عن أية خسائر، أضرار أو إصابات شخصية ناتجة عن الاعتماد على المعلومات التي يحتويها الكتيّب.

تنويهات

طور من قبل المجلس الوطني للربو - أستراليا بالتشاور مع فريق من الخبراء السرييين لديهم اهتمام خاص بالعلاجات المكملّة والربو، وبدعم عبر التمويل من دائرة الصحة والشيخوخة في الحكومة الأسترالية.

للوصول إلى كتيبات أكثر من هذه السلسلة، قم بزيارة موقع المجلس الوطني للربو - أستراليا:
nationalasthma.org.au



Note for health professionals:

Visit the National Asthma Council Australia website to access:

- this brochure in a range of community languages
- other asthma brochures in this multilingual series
- related information papers for health professionals