



وزارة الصحة العامة
Ministry of Public Health
دولة قطر • State of Qatar



الهداي الإرشادية السريرية لقطر
NATIONAL CLINICAL GUIDELINES FOR QATAR

معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية

ماذا يجب أن تعرف إذا كان طفلك مصاباً بالربو؟

تاريخ النشر: ٢٨ يوليو ٢٠١٩

تاريخ المراجعة النهائية: ٢٨ يوليو ٢٠٢١

✚ ما هو الربو؟

الربو هو حالة تصيب الشعب الهوائية الصغرى في الرئتين وتجعل من الصعب على الشخص التنفس. يحدث هذا لأن الممرات الهوائية في الرئتين تتنفتح وتضيق وتمتلئ بالمخاط. مدى ومدة حدوث التضيق يختلفان كثيراً من شخص لآخر.

يمكن أن يبدأ الربو في أي سن، لكن غالبية الحالات يبدأ في الطفولة. قد تتكرر حالات الربو أيضاً عند بعض العائلات، لكن الكثير من المصابين بالربو ليس لهم أقرباء مصابون.

الأعراض الرئيسية للربو تشمل:

- الصفير.
- السعال.
- ضيق الصدر.
- ضيق في التنفس.

يمكن أن تختلف شدة هذه الأعراض بين البسيطة والشديدة. معظم الأطفال الذين يعانون من الربو البسيط عادة ما يصابون بنوبات خفيفة من اللاهث والسعال التي تحدث لليلة أو ليلتين في الأسبوع، ولكن غالباً ما تكون حالتهم جيدة خلال النهار.

الأطفال الذين يعانون من نوبات الربو الحادة عادة ما يكونون في حالة من اللاهث الشديد، كما يعانون من ضيق الصدر، وصعوبة التنفس وعدم القدرة على التحدث بسبب ضيق التنفس. قد تظهر الأعراض الحادة فجأة عند بعض الأشخاص الذين عادة ما تكون لديهم أعراض بسيطة. إذا أصبحت أعراض الربو لدى طفلك شديدة أو أسوأ مما كانت عليه، يجب عليك زيارة الطبيب على الفور.

تعطى علاجات الأزمة عادة عن طريق الاستنشاق (البخاخ) وعادة ما يعمل هذا العلاج بشكل جيد لتقليل أو منع الأعراض. يستعمل عادة الشخص المصاب بالربو جهاز الاستنشاق الوقائي بشكل يومي لمنع ظهور الأعراض ويستخدم جهاز الاستنشاق المسكن إذا زادت الأعراض.

لا يوجد علاج للربو، لكن يمكن السيطرة عليه بشكل جيد. تقريباً، نصف الأطفال المصابين بالربو يشفون منه عندما يصبحون بالغين. يمكن للأطفال المصابين بالربو الحفاظ على صحة جيدة ونمط حياة نشط في حال التحكم بالربو بشكل جيد.

✚ ما الذي يسبب الربو؟

سبب الربو هو التهاب في الشعب الهوائية. يؤدي هذا الالتهاب إلى تقلص العضلات المحيطة بالمجاري التنفسية وبالتالي تضيق مجرى الهواء ويجعل من الصعب على الهواء الدخول والخروج من الرئتين. يؤدي الالتهاب أيضاً إلى تكوين مخاط زائد في الشعب الهوائية مما يؤدي إلى السعال ومزيد من العوائق أمام تدفق الهواء.

يعاني الأشخاص المصابون بالربو من حساسية الشعب الهوائية التي تصبح متهيجة عندما تتعرض للعوامل المثيرة أو المسببة للحساسية. العوامل المثيرة هي عوامل بيئية تسبب أو تزيد من أعراض الربو ومنها:

- **الالتهابات خاصة نزلات البرد والتهابات الصدر.**
- **ممارسه الرياضة** قد تؤدي الرياضة والتمرين إلى زيادة أعراض الربو سوءً لدى بعض الأطفال. إذا كان هذا هو حال طفلك، فتأكد من استخدام جهاز الاستنشاق قبل التمرين لمنع تطور الأعراض.
- **بعض الأدوية** مثل الأسبرين والإيبوبروفين والديكلوفيناك. اسأل طبيبك عن قائمة الأدوية التي يجب تجنبها.
- **الدخان الناتج عن التبغ** يساهم كل من التدخين النشط والسلبي بزيادة حالات الربو سوءً حتى عندما تدخن بعيداً عن طفلك، فإن الدخان المتبقي على ملابسك وشعرك وما إلى ذلك، قد يسبب ازدياد أعراض الربو سوءً.

العوامل العاطفية مثل الضغط النفسي أو العاطفي أو البكاء أو الضحك الشديد.

غبار الطلع والعفن والمواد المثيرة للحساسية مثل وبر الحيوانات وعت غبار المنزل.

✚ متى يجب أن تأخذ الطفل الى الطبيب؟

من المهم أن تأخذ الطفل الى طبيب الرعاية الأولية على الفور إذا:

- كنت قلقاً من إصابة طفلك بالربو.
- لم تتحسن الأعراض أو تكررت أو ازدادت سوءً بعد العلاج.

✚ كيف يتم تشخيص الربو؟

لتشخيص الربو، سيقوم طبيبك بسؤالك عن التاريخ المرضي لطفلك، وإجراء فحص بدني وبعض اختبارات وظائف الرئة.

من المحتمل أيضاً تشخيص الربو إذا كانت الأعراض لدى طفلك:

- أسوأ في الليل أو في الصباح الباكر.
- تنجم بشكل واضح عن طريق ممارسة الرياضة أو الحساسية أو الالتهابات، أو ذات طابع موسمي.
- تتحسن بسرعة بعد استعمال العلاج المانع.

من الصعب عادة تشخيص الربو عند الأطفال دون سن الخامسة، حيث إن اختبارات التنفس قد تكون معقدة بالنسبة لهم. سيقوم الطبيب بتقييم أعراض طفلك وشرحك للأعراض وقد يعطي طفلك دواء للربو لقياس تأثيره. وهذا ما يسمى "تجربة العلاج". سيقوم الطبيب بمراقبة تأثير هذا الدواء على طفلك وسيستخدم النتائج للمساعدة في تحديد التشخيص.

✚ ما سيفعله الطبيب

إذا كان الربو شديداً جداً، فسوف يعطيك الطبيب أدوية سريعة المفعول للمساعدة في الحد من مشكلة التنفس لدى طفلك.

قد يحتاج طفلك لدخول المستشفى حتى تزول الأعراض.

✚ خطة العمل لعلاج الربو

عند الخروج من المستشفى أو بعد مراجعة الطبيب، سيتم إعطاؤك خطة خاصة بطفلك للتعامل مع الربو.

وهي قائمة بالتعليمات التي تم الاتفاق عليها مع الطبيب. تشمل الأدوية التي يجب أن تستخدمها لطفلك في المنزل يومياً، الأعراض التحذيرية التي يجب عليك ملاحظتها، وكيفية ضبط جرعة أجهزة الاستنشاق لدى طفلك، استناداً إلى الأعراض والأدوية الأخرى التي يتناولها، في حال اشتدت الأعراض.

✚ كيف يعالج الربو؟

هناك أنواع مختلفة من الأدوية لعلاج الربو. هذه الأدوية يمكن أن تكون أجهزة الاستنشاق، أدوية سائلة أو أقراص. يعتمد العلاج على عمر طفلك ومدى شدة أعراض الربو.

الاستنشاق: يتم علاج معظم المصابين بالربو عن طريق الاستنشاق. تتبعث من جهاز أو أداة الاستنشاق جرعة صغيرة من الدواء مباشرة إلى الرئتين. هناك أجهزة استنشاق مختلفة، ولكن الطبيب سينصحك بالجهاز المناسب لطفلك. يمكن تصنيف الأدوية التي تعطى من خلال جهاز الاستنشاق إلى ٣ مجموعات:

- تحتوي أجهزة الاستنشاق **المسكنة** على دواء يقلل من أعراض الربو عن طريق توسيع الشعب الهوائية. ومن الأمثلة على ذلك سالبوتامول وتيريبيوتالين.

- تحتوي أجهزة الاستنشاق **الوقائية** على الستيرويدات التي تقلل من التهاب مجرى الهواء وبالتالي تمنع ظهور الأعراض. يستغرق تأثير الستيرويد ٧-١٤ يوماً لتراكم مفعوله وحتى ستة أسابيع لبلوغ الفائدة القصوى منه. قد يحتاج الأطفال الذين يعانون من أعراض متكررة أو نوبات حادة إلى تناول هذا الدواء كل يوم. ومن الأمثلة على هذا النوع، فلوتيكازون وبيكلوميثازون.

- يمكن وصف **المسكنات الطويلة المفعول** بالإضافة إلى جهاز الاستنشاق المانع. هدفها تخفيف الأعراض عن طريق توسيع الممرات الهوائية لمدة تصل إلى ٢٤ ساعة في المرة الواحدة. ومن الأمثلة على ذلك السالميتيرول والفورموتيرول.

- **أقراص الستيرويد:** يتم استخدامها لتقليل الالتهاب في الشعب الهوائية. إذا كان طفلك يعاني من الربو الحاد، فقد يصف الطبيب دورة قصيرة من أقراص الستيرويد مثل بريدنيزولون للحد من الأعراض.

أجهزة التبخير: هي الآلات التي تحول سائل الاستنشاق المسكن إلى رذاذ. هذه الآلات مفيدة للأشخاص الذين يعانون من ضيق التنفس. وعادة ما تستخدم أجهزة التبخير في المستشفى بشكل رئيسي لنوبات الربو المعتدلة أو الشديدة.

✚ الأعراض التي يجب ملاحظتها:

إذا كان طفلك يعاني من أي من الأعراض التالية، فاتصل بسيارة إسعاف أو انتقل إلى قسم الطوارئ أو مركز طوارئ الأطفال فوراً:

- **صغير شديد.**
- **صعوبة في التنفس.**
- **تفاقم السعال.**
- **تلون الشفاه.**
- **ضيق الصدر أو الألم أثناء التنفس.**
- **الشخير لدى الرضع.**
- **الارتباك.**
- **صعوبة في التنفس أثناء التحدث.**

تأكد دائماً من أن تخبر الطبيب عن كل الأدوية التي يأخذها طفلك وعمّا إذا كان يعاني من أي حساسية.

✚ الحدّ من نوبات الربو

يمكنك منع أو تقليل عدد نوبات الربو التي يواجهها طفلك عادة عن طريق القيام بما يلي:

- تأكد من وجود جهاز الاستنشاق والفواصل في حوزة طفلك دائماً.
- إذا كان طفلك يعاني من حساسية تجاه وبر الحيوانات الأليفة، فابعده عن هذه الحيوانات.
- تجنب التدخين بالقرب من طفلك، في منزلك أو في السيارة معه لأن ذلك قد يؤدي إلى نوبة ربو قاتلة.
- تأكد من اتباع طفلك خطة العمل التي قدمها الطبيب وأخذ دواء التحكم الطويل الأجل وفقاً لتوجيهاته.
- يجب على الأطفال الذين يعانون من زيادة الوزن فقدان الوزن لتحسين أعراض الربو لديهم.
- تأكد من حصول طفلك على التطعيمات الأساسية اللازمة والحصول على التطعيم ضد الأنفلونزا كل عام.

نصيحة هامة: يجب أن تعرف كيفية استخدام أجهزة الاستنشاق الخاصة بطفلك بشكل صحيح. قد يؤدي عدم استخدام جهاز الاستنشاق بشكل صحيح إلى استمرار الأعراض نظراً لعدم وصول الدواء من جهاز الاستنشاق إلى الشعب الهوائية بشكل صحيح. راجع طبيبك لمعرفة الطريقة الصحيحة.

✚ معلومات إضافية

يمكن الحصول على معلومات إضافية عن تشخيص وعلاج الربو عند المرضى الأطفال من خلال المبادئ الإرشادية السريرية الوطنية: تقييم وعلاج الربو عند المرضى الأطفال.

نشرت وزارة الصحة العامة دليلاً إرشادياً سريرياً وطنياً لتقديم النصح للأطباء حول كيفية علاج الربو عند المرضى الأطفال. هذا الدليل متاح لعامة الناس من خلال الرابط التالي لموقع وزارة الصحة العامة:

www.moph.gov.qa

