

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

« از مجموعه کتاب‌های شهروندِ مقتدر »

آشنایی با بیماری و درمانِ
**سینوزیت، گلودرد
و سرماخوردگی**
(به زبان علمی، کاربردی و آسان)

تألیف:

دکتر احمد محمودآبادی
دارای بورس تخصصی بیماری‌های داخلی
(متخصص داخلی نمونه)

این کتاب با حمایت‌های ستادِ سوادآموزی و پس از سوادِ قرآن‌محورِ خراسان رضوی؛ به سفارش و با نظارتِ نهضتِ سوادآموزی و همکاریِ تعدادی از اعضای شبکه‌ی تکریم و تحکیمِ سواد و مهارت (اداره‌ی کل فرهنگ و ارشاد اسلامی و اداره‌ی کل کتابخانه‌های عمومی) توسطِ انتشارات کردگاری به چاپ رسیده است.



سرشناسه: محمودآبادی، احمد، ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پدیدآور: آشنایی با بیماری و درمان سینوزیت، گلودرد و سرماخوردگی به
زبان علمی، کاربردی و آسان/تالیف احمد محمودآبادی؛ به سفارش و نظارت نهضت
سوادآموزی.

مشخصات نشر: مشهد: کردگاری، ۱۳۸۸.

مشخصات ظاهری: ۱۱۲ ص: مصور، جدول.

شابک: ۲۵۰۰۰ ریال: 978-964-2736-88-1

یادداشت: کتاب حاضر با حمایت ستاد سوادآموزی و پس از سواد قرآن محور خراسان
رضوی منتشر شده است.

موضوع: خواندن (آموزش بزرگسالان) -- ایران

موضوع: سینوزیت -- سرماخوردگی -- حلق -- بیماریها -- به زبان ساده

شناسه افزوده: نهضت سوادآموزی خراسان رضوی. ستاد سوادآموزی و پس از
سواد قرآن محور

رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۸ LC۵۲۵۷/م۲۸۷۱۴ الف رده‌بندی دیویی: ۳۷۴/۹۵۵

شماره کتابشناسی ملی: ۱۷۱۵۵۲۰



انتشارات کردگاری

آشنایی با بیماری و درمان

سینوزیت، گلودرد و سرماخوردگی

(به زبان علمی، کاربردی و آسان)

مؤلف: دکتر احمد محمودآبادی

ناشر: کردگاری

نوبت چاپ: اول-۱۳۸۸

شمارگان: ۶۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۳۶-۸۸-۱

مدیریت تولید: مصباح عاملی، ارسلان مقدّسی، علیرضا جعفری

ویراستار ویژه‌ی شبکه: ارسلان مقدّسی، محمدحسین مرادی

چاپ: فردوس

بها: ۲۵۰۰ تومان

تلفن: ۷۷۶۵۰۱۵۹ دورنگار: ۷۷۶۳۱۳۴۷ همراه: ۰۹۱۲۲۵۴۵۶۰۰

Web: Kerdegari.com Email: Info@Kerdegari.com

فهرست کتاب

پیش‌گفتار ۹

مقدمه‌ی مؤلف ۱۳

سینوزیت، گلودرد و سرماخوردگی

(پاسخ به ۵۸ سؤال مهم)

فصل ۱: کلیات

سؤال ۱: منظور از دستگاه تنفس چیست؟ ۱۷

سؤال ۲: دستگاه تنفس انسان از چه قسمت‌هایی تشکیل شده است؟ ۲۱

سؤال ۳: چه بیماری‌هایی راه‌های هوایی را درگیر می‌کنند؟ ۲۳

سؤال ۴: بیماری‌های عفونی درگیرکننده‌ی راه‌های هوایی چگونه نام‌گذاری

می‌شوند؟ ۲۵

سؤال ۵: رینیت (التهاب بینی) چیست و چه خصوصیت‌هایی دارد؟ ۳۲

سؤال ۶: چگونه می‌توان رینیت آلرژیک را درمان کرد؟ ۳۵

- سؤال ۷: واکسیناسیون برای درمان و پیش‌گیری از رینیت آلرژیک در چه کسانی
مورد استفاده قرار می‌گیرد و از چه اصولی پیروی می‌کند؟ ۳۹
- سؤال ۸: سینوزیت چیست و چه خصوصیت‌هایی دارد؟ ۳۹
- سؤال ۹: چرا بعضی از افراد، به‌طور دایم دچار سینوزیت می‌شوند و بعضی از
افراد خیلی کم آن را تجربه می‌کنند؟ ۴۱
- سؤال ۱۰: علایم بالینی در سینوزیت کدام‌ها هستند؟ ۴۳
- سؤال ۱۱: سینوزیت چگونه تشخیص داده می‌شود؟ ۴۳
- سؤال ۱۲: در چه صورت، از سی‌تی‌اسکن به عنوان اقدام تشخیصی استفاده
می‌کنیم؟ ۴۶
- سؤال ۱۳: در چه صورت از سینوزیت می‌ترسیم و نگرانِ عواقبِ آن می‌شویم؟ ۴۶
- سؤال ۱۴: سینوزیت چگونه درمان می‌شود؟ ۴۸
- سؤال ۱۵: دوره‌ی درمان آنتی‌بیوتیکی سینوزیت چه مدت طول می‌کشد؟ ۵۰
- سؤال ۱۶: کدام دسته از بیماران مبتلا به سینوزیت، نیازمند جراحی هستند؟ ۵۱
- سؤال ۱۷: چرا دچار گلودرد می‌شویم؟ ۵۱
- سؤال ۱۸: علل اصلی گلودرد کدامند؟ ۵۲
- سؤال ۱۹: چرا باید حتماً پزشک، بیمار مبتلا به گلودرد را معاینه کند و علت
گلودرد او را مشخص کند؟ ۵۳
- سؤال ۲۰: در چه صورت برخورد جدی‌تری با یک بیمار مبتلا به گلودرد داریم یا
به عبارت دیگر بیماران پُرخطر در هنگام ابتلا به گلودرد کدام‌ها هستند؟ ۵۳

سؤال ۲۱: در چه صورت به عفونت باکتریایی و استرپتوکوکی به عنوان عامل گلودرد یا فارنژیت فکر می‌کنیم و سعی در تشخیص علت آن خواهیم داشت؟ ۵۵

سؤال ۲۲: فارنژیت استرپتوکوکی چگونه تشخیص داده می‌شود؟ ۵۵

سؤال ۲۳: فارنژیت را چگونه درمان می‌کنیم؟ ۵۶

فصل ۲: سرماخوردگی

سؤال ۲۴: تعریف سرماخوردگی چیست؟ ۶۱

سؤال ۲۵: چرا سرماخوردگی شایع‌ترین بیماری عفونی است؟ ۶۱

سؤال ۲۶: علایم اصلی سرماخوردگی کدامند؟ ۶۲

سؤال ۲۷: چرا علایم سرماخوردگی در افراد مختلف با هم متفاوت است؟ ۶۵

سؤال ۲۸: سرماخوردگی توسط کدام یک از عوامل عفونی به وجود می‌آید؟ ۶۶

سؤال ۲۹: چرا در فصل‌های سرد، سرماخوردگی بیش‌تر است؟ ۶۸

سؤال ۳۰: آنفولانزا چیست، چرا گاهی می‌گوییم فلانی سرماخورده و گاهی

می‌گوییم آنفولانزا گرفته است؟ ۶۹

سؤال ۳۱: آیا قرار گرفتن در هوای سرد، خطر سرماخوردگی را بیش‌تر می‌کند؟

طوری که مادران می‌گویند: دختر گلم، خوب لباس پوش، سرما می‌خوری، ها! ۷۰

سؤال ۳۲: سرماخوردگی چگونه منتقل می‌شود؟ ۷۱

سؤال ۳۳: آیا امکان دارد یک بیمار، علایم سرماخوردگی نداشته باشد ولی آن را

به عنوان مثال، از مدرسه به منزل و افراد خانواده منتقل کند؟ ۷۲

- سؤال ۳۴: خطر انتقال ویروس از یک فرد سرماخورده، در چه زمانی بیش‌تر از سایر مواقع است؟ ۷۲
- سؤال ۳۵: دوره‌ی سرماخوردگی معمولاً چند روز طول می‌کشد؟ ۷۲
- سؤال ۳۶: دوره‌ی درمان سرماخوردگی معمولاً چند روز است؟ ۷۶
- سؤال ۳۷: آیا امکان دارد که یک فرد، با یک عامل ویروسی، چند بار دچار سرماخوردگی شود؟ ۷۶
- سؤال ۳۸: آیا درگیری چشم‌ها به صورت قرمزی و ترشح آن‌ها در سرماخوردگی دیده می‌شود؟ ۷۷
- سؤال ۳۹: سینه پهلوی یا ذات‌الریه چیست و چه فرقی با سرماخوردگی دارد؟ ۷۷
- سؤال ۴۰: چرا در سرماخوردگی دچار علائم عمومی مثل تب، دردهای استخوانی - عضلانی، بی‌اشتهایی و... می‌شویم؟ ۸۰
- سؤال ۴۱: آیا تب، همیشه همراه با سرماخوردگی وجود دارد؟ ۸۱
- سؤال ۴۲: سرماخوردگی با چه بیماری‌های دیگری اشتباه می‌شود؟ ۸۱
- سؤال ۴۳: آیا لازم است علت سرماخوردگی را تشخیص دهیم یا به عبارت دیگر آیا لازم است ویروس عامل سرماخوردگی را مشخص کنیم؟ ۸۳
- سؤال ۴۴: سرماخوردگی چگونه تشخیص داده می‌شود؟ ۸۴
- سؤال ۴۵: چه راه‌هایی برای تشخیص علت سرماخوردگی وجود دارد؟ ۸۵
- سؤال ۴۶: چگونه می‌توان از انتقال سرماخوردگی جلوگیری کرد؟ ۸۶
- سؤال ۴۷: چرا نمی‌توان واکسنی با نام واکسن سرماخوردگی تهیه کرد یا حداقل درحال حاضر، واکسنی به این نام وجود ندارد؟ ۸۷
- سؤال ۴۸: چرا تنها برای آنفولانزا واکسن ساخته شده است؟ ۸۸

سؤال ۴۹ : چه کسانی نیازمند دریافت واکسن آنفولانزا هستند؟ ۸۹

سؤال ۵۰ : برای چه کسانی نباید از واکسن آنفولانزا استفاده کرد؟ ۹۱

فصل ۳ : رینیت آلرژیک = تب یونجه

سؤال ۵۱ : منظور از رینیت آلرژیک یا تب یونجه چیست؟ ۹۳

سؤال ۵۲ : چه عواملی باعث به وجود آمدن رینیت آلرژیک می شوند؟ ۹۴

سؤال ۵۳ : بیمار مبتلا به رینیت آلرژیک از چه مواردی رنج می برد؟ ۹۵

سؤال ۵۴ : عدم درمان مناسب رینیت آلرژیک باعث به وجود آمدن چه عوارضی در

فرد می شود؟ ۹۷

سؤال ۵۵ : چه بیماری های دیگری با رینیت آلرژیک اشتباه می شوند یا به عبارت

دیگر، چه بیماری هایی علایمی شبیه رینیت آلرژیک به وجود

می آورند؟ ۹۸

سؤال ۵۶ : تشخیص رینیت آلرژیک چگونه قطعی می شود؟ ۱۰۰

سؤال ۵۷ : چگونه می توان از حمله های رینیت آلرژیک جلوگیری کرد؟ ۱۰۱

سؤال ۵۸ : چگونه می توان رینیت آلرژیک را درمان کرد؟ ۱۰۲

لغت نامه ی تخصصی ۱۰۷

پیش‌گفتار

... و به شکرانه‌ی موفقیت‌های به یادماندنی برای تمامی هم‌وطنانِ عزیزی که با گذشتن از مرحله‌ی بی‌سوادی به نوسوادی و سپس تحکیم آن، اکنون با سربلندی در جمعِ باسوادان قرار گرفته‌اند و برای یادگیری مداوم و به روزآوری سوادِ خود با شرکت در گروه‌های مردمی و محلی پس از سوادِ قرآن‌محور و در نهادِ خانواده، هر روز بهتر از دیروز و مؤثرتر از گذشته به پیش می‌روند؛ مجموعه‌ای از کتاب‌های ویژه‌ی شهروندانِ مُقْتَدِرِ اسلامی، با حمایت‌های بی‌دریغِ استانداری محترم خراسان رضوی، به سفارشِ نهضتِ سوادآموزی و با همکاری نهادِ کتابخانه‌های عمومی و فرهنگ و ارشاد اسلامی؛ هم‌چنین تلاش‌های نویسندگان، ناشران، متخصصان و خیرینِ استانِ متعلق به حضرتِ رضا (علیه‌السلام) تهیه، چاپ و در اختیار قرار می‌گیرد که این کتاب یکی از آن مجموعه می‌باشد.

در پایان، ذکر چند نکته را ضروری می‌دانیم:

۱- باسوادِ کاربردی و ارزشی، نیازمندِ توجه، تکریم و گرامی‌داشت و برنامه‌ریزی برای تحکیم و به روزآوری آن است و این مسئولیت، وظیفه‌ای برای شخص، خانواده، جامعه، مسؤولان، ناشران، نویسندگان، متخصصان، خیرین و همه می‌باشد.

۲- در صورتی که سواد به روزآوری نگردد، تحلیل رفتنِ باسوادِ و عقب‌ماندن از قافله‌ی پیشرفت و توسعه، برای همه اتفاق می‌افتد (متخصص و نوسواد نمی‌شناسد) یعنی در هر سطح از سواد، دچار آن می‌شویم.

۳- رسولِ گرامی اسلام فرموده‌اند: «أَطْلَبُوا الْعِلْمَ مِنَ الْمَهْدِ إِلَى اللَّحْدِ»، یعنی زگهواره تا گور دانش بجویم که هر روزمان بهتر از دیروز شود.

۴- مجموعه کتاب‌های شهروندی مُقْتَدِرِ اسلامی، با دو سطحِ آسان و میان‌گذر با ویراستاری ویژه، تهیه و تدوین می‌شوند که از نظر محتوا، هر دو سطح دارای ارزش کافی هستند؛ به سخنی دیگر برای تمامی باسوادان (نوسواد تا دانشگاهی) کاملاً قابل استفاده می‌باشند، اما کتاب‌های سطح میان‌گذر به صورتِ آگاهانه، با درجه‌ی سختی بیش‌تر، برای افزایشِ دانش و گنجینه‌ی لغت، توسعه‌ی سطحِ سوادِ کاربردی و... تدوین می‌شوند.

- ۵- به عنوان وظیفه‌ای ملی، تمامی دستگاه‌ها، نویسندگان و ناشران باید نوشته‌های غیرتخصصی، اما کاربردی خود را به گونه‌ای تدوین و چاپ نمایند که آحاد و اکثریت جامعه با هر سطحی از سواد، در استفاده‌ی راحت از آن موفق شوند و این رسالت و وظیفه‌ای برای همه می‌باشد.
- ۶- نام اختصاری و کوچک شده‌ی شبکه‌ی تکریم و تحکیم سواد و مهارت خراسان رضوی «شمس» می‌باشد که از حروفِ اوّل کلمه‌های «شبکه، مهارت و سواد» تشکیل شده است.

«موفق باشید»



مقدمه‌ی مؤلف

این که پیامبرِ عزیزِ اسلام ما را به یادگیریِ علم از گهواره تا پایانِ عمر دعوت کرده‌اند و هم‌چنین توصیه‌های فراوانی که از سوی خداوندِ مهربان، پیامبر و معصومین علیهم‌السلام در این‌باره نقل شده است، نشان می‌دهد که دینِ اسلام برای افزایشِ آگاهی و علمِ انسان‌ها هم‌چنین ضرورتِ به روزآوری آن ارزش و اهمیتِ بسیاری قایل شده است.

شناختِ بدنِ انسان که یکی از مراحلِ خودشناسی و پی بردن به قدرتِ الهی و نظم در آفرینش می‌باشد و راز و رمزی که در تک‌تکِ سلول‌های بدنِ آدمی وجود دارد، ما را هر چه بیش‌تر به قدرتِ خداوند آگاه می‌سازد. وقتی بدنِ خود را خوب بشناسیم، علاوه بر شکرگزاری بیش‌تر به درگاهِ خداوندِ خالقِ مُتعالی آن، سعی خواهیم کرد که به‌عنوانِ یک وظیفه‌ی شرعی و عقلی از آن بهتر نگه‌داری و مواظبت کنیم.

در این کتاب که یک عنوان از مجموعه‌ی «آشنایی با بیماری‌ها و درمان آن‌ها به زبانِ علمی، کاربردی و آسان» می‌باشد و در اختیار شما خواننده‌ی

محترم قرار گرفته است تلاش گردیده تا گامی هر چند کوچک برای رسیدن به این هدف باشد که، برای بهتر زندگی کردن باید آگاهی‌های خود را افزایش دهیم.

اگر حمایت‌های ستادِ سوادآموزی و پس از سوادِ قرآن محورِ خراسانِ رضوی، پی‌گیری اساتید و همکارانِ محترمِ مدیریتِ نهضتِ سوادآموزی؛ هم‌چنین همراهی‌های بی‌دریغِ مدیریت و همکارانِ انتشاراتِ کردگاری نبود این بسترِ پُر خیر و برکت، برای انجامِ وظیفه‌ی بنده فراهم نمی‌شد. از خداوندِ بزرگ و مَنان، آرزوی سلامتی برای این عزیزان و شما خواننده‌ی گرامی را دارم و برای تمامیِ هم‌وطنانِ گرامی، آرزوی خوش‌بختی و کامیابی می‌نمایم.

و اما چند نکته در مورد این کتاب:

سینوزیت، گلودرد و سرماخوردگی، در کنار یک بیماریِ حَسَّاسیتی یا آلِرژیک به نام تَبِ یونجه، از شایع‌ترین بیماری‌هایی هستند که دستگاه تنفسِ انسان را درگیر می‌کنند.

با توجه به آگاهی کمی که در بین مردم، نسبت به این بیماری‌های شایع وجود دارد و هم‌چنین با توجه به اهمیت و شیوع بیش از حدِ این بیماری‌ها، کتاب حاضر و پیش‌روی شما سعی کرده است تا با آسان‌ترین شیوه‌ی ممکن آن‌ها را توضیح دهد.

این کتاب در عینِ آسان و قابل فهم بودن، به علمی‌ترین زبانِ ممکن نوشته شده است تا بتواند کمکی هر چند اندک در افزایش آگاهی

خوانندگان محترم باشد. آرزو می‌کنم، پس از مطالعه‌ی این کتاب احساس کنید، وقت خود را بیهوده تلف نکرده‌اید و به عنوان شهروند آگاه و مُقَدِّر برای زندگی لَذّت بخش برنامه‌ریزی خواهید کرد.

دکتر احمد محمودآبادی

خردادماه ۱۳۸۸

آدرس مطب: مشهد، خیابان احمدآباد، بین عارف و پرستار، طبقه‌ی فوقانی داروخانه‌ی
شبانه‌روزی احمدآباد، طبقه‌ی سوم - تلفن ۰۵۱۱-۸۴۰۵۰۵۵