

●
●
●
●

راهنمای خودمراقبتی در بیماری مزمن انسدادی ریوی

تألیف

دکتر وجیهه آتشی

استادیار گروه سلامت بزرگسالان
دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

دکتر سمیه غفاری

استادیار گروه مراقبت‌های ویژه
دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

دکتر رامین سامی

استادیار بیماری‌های ریه - گروه داخلی
دانشکده پزشکی، مرکز آموزشی - درمانی خورشید، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

دکتر مرضیه هاشمی

استادیار بیماری‌های ریه - گروه داخلی
دانشکده پزشکی، مرکز آموزشی - درمانی خورشید، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

آتش، وجیهه، ۱۳۶۳-
 راهنمای خودمراقبتی در بیماری مزمن انسدادی ریوی / مؤلفان وجیهه آتشی... [و دیگران].
 تهران: جامعه‌نگر، ۱۴۰۰.
 ۹۶ ص: مصور، جدول، نمودار.
 978-622-7684-42-1
 فیبا
 مؤلفان وجیهه آتشی، سمیه غفاری، رامین سامی، مرضیه هاشمی.
 کتابخانه: ص. [۹۳].
 نمایه.
 ریخا — بیماری‌های انسدادی
 Lungs -- Diseases, Obstructive
 ریخا — بیماری‌ها — بیمارار — توانبخشی
 Lungs -- Diseases -- Patients -- Rehabilitation
 موضوع
 موضوع
 موضوع
 موضوع
 شناسه‌ی افزوده
 شناسه‌ی افزوده
 شناسه‌ی افزوده
 رده‌بندی کنگره
 رده‌بندی دیویی
 شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی

راهنمای خودمراقبتی در بیماری مزمن انسدادی ریوی
 تألیف وجیهه آتشی، سمیه غفاری، رامین سامی، مرضیه هاشمی

- ناشر: جامعه‌نگر
- نوبت و سال: اول / ۱۴۰۰
- شمارگان: ۱۰۰ نسخه
- صفحه‌آرایی: آرسا کوپات
- طراح جلد: مهدی انوشیروانی
- بها: ۳۹۹/۰۰۰ ریال
- شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۸۴-۴۲-۱

© تمام امتیازات مادی و معنوی این اثر برای مؤلفان محفوظ است. این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان می‌باشد. هیچ بخشی از آن به هیچ شکلی اعم از فتوکپی یا بازتولیدی مطالب در هرگونه رسانه‌ای از جمله کتاب، لوح فشرده و مجلات، بدون اجازه‌ی کتبی مؤلفان قابل استفاده نیست و موجب پیگرد قانونی می‌شود.

کتاب‌فروشی‌های پزشکی سراسر کشور

- سمنان: ارسلو - نسیم
- سمنان: دانشمند
- شیراز: جمالی - نور دانش - مرکز کتاب دانشگاه علوم
- پزشکی شیراز
- قم: قزوين: حکیم
- قم: فانوس اندیشه
- کرمان: پایبروس
- کرمانشاه: دانشمند
- گرگان: جلالی
- گناباد: کتابستان
- مشهد: مجد دانش - جهاد دانشگاهی
- همدان: دانشجو
- یزد: آرمان - شهر کتاب - فدکی
- اردبیل: خیام
- ارومیه: شهر کتاب پزشکی
- اصفهان: پارسا - کیا
- اهواز: رشد - شرق
- ایلام: رشد
- بابل: علیزاده - اندیشه
- بروجرد: ولایت
- تبریز: شبرنگ
- تنکابن: میرچی
- خرم‌آباد: نشر و قلم
- رشت: دانشگاه آزاد بیل طالشان
- ارجمند: مزده
- ساری: دانشجو - امیرکبیر



جامعه‌نگر

ناشر برتر دانشگاهی سال ۱۳۹۱
 ناشر برگزیده‌ی کشور سال ۱۳۹۲
 ناشر شایسته‌ی تقدیر ۱۳۹۳
 ناشر برگزیده‌ی حوزه‌ی جوانان سال ۱۳۹۳
 ناشر برگزیده‌ی حوزه‌ی سلامت سال ۱۳۹۳
 ناشر برگزیده‌ی کتاب سال دانشجویی ۱۳۹۴
 ناشر برگزیده‌ی کتاب سال دانشجویی ۱۳۹۹



فروش اینترنتی:
 www.jph.ir

دفتر مرکزی نشر جامعه‌نگر

تهران: خیابان انقلاب - مقابل درب اصلی دانشگاه تهران
 خیابان فخر رازی - خیابان نظری غربی - شماره ۹۶
 ۶۶۴۹۳۷۱۶ - ۶۶۴۹۴۱۸۷ (۰۲۱)

ارتباط با ما

@jphir

jame-e-negar-publishing-house
 jph.ir

فهرست مطالب

فصل اول / بیماری مزمن انسدادی ریوی	۱
فصل دوم / شعله‌ور شدن بیماری چیست؟	۷
فصل سوم / راه‌های کنترل و بهبود تنفس در بیماران مزمن ریوی	۱۱
فصل چهارم / مدیریت تنگی نفس	۱۹
فصل پنجم / ذخیره انرژی در بیماران مزمن انسدادی ریوی	۳۱
فصل ششم / اضطراب به حملات هراس و بیماران مزمن انسدادی ریه	۳۹
فصل هفتم / آرام‌سازی در بیماران مبتلا به بیماری مزمن انسدادی ریه	۴۵
فصل هشتم / اختلال خواب در بیماران مزمن انسدادی ریوی	۴۹
فصل نهم / دارودرمانی در تنگی نفس	۵۳
فصل دهم / فعالیت جنسی و بیماری مزمن انسدادی ریه	۶۱
فصل یازدهم / اکسیژن درمانی	۶۵
فصل دوازدهم / ترک سیگار	۶۹
فصل سیزدهم / تغذیه در بیماران مزمن انسداد ریوی	۷۳
منابع	۸۳
نمایه	۸۵

پیش‌گفتار

بیماری مزمن انسدادی ریوی (COPD) دومین علت پذیرش بیماران در بیمارستان است. این بیماری بر زندگی روزمره افراد مبتلا به این بیماری، خانواده‌ها و مراقبان آنها و همچنین سیستم بهداشتی درمانی تأثیر قابل ملاحظه‌ای دارد. در حال حاضر درمان مؤثری برای این بیماری وجود ندارد، اما کارهای زیادی وجود دارد که افراد می‌توانند برای بهبود علایم و در نتیجه کیفیت زندگی خود انجام دهند.

عمده‌ترین نیازهای بیماران مبتلا به بیماری مزمن انسدادی ریوی کسب دانش و آگاهی در حوزه مشکل‌شان است. آنان نیاز دارند که اطلاعات لازم را به‌صورت سازماندهی شده و آسان در اختیار داشته باشند، زیرا اگر بیماران توصیه‌های درمانی را به‌خوبی درک نکنند، نمی‌توانند آن را دنبال کنند.

در پاسخ نیاز این بیماران، تیمی از متخصصان با تجربه در زمینه مراقبت از افراد مبتلا به بیماری ریه کتاب راهنمای خودمراقبتی را طراحی کردند که مبتنی بر شواهد به‌روز است. هدف این کتاب ارائه اطلاعات مفید در مورد چگونگی زندگی خوب با بیماری مزمن انسدادی ریوی است.

این کتاب اطلاعات و توصیه‌های عملی مفیدی در مورد آنچه افراد مبتلا به این بیماری می‌توانند برای بهبود وضعیت زندگی خود انجام دهند ارائه می‌دهد. ما امیدواریم که این کتاب منبع ارزشمندی برای همه افراد مبتلا به بیماری مزمن انسدادی ریوی، مراقبان و متخصصان بهداشتی درمانی باشد. این کتاب گام مهمی برای زندگی بهتر با بیماری مزمن انسدادی ریوی است.

مؤلفان