

## مقدمة بحث عن الربو

يمكن تعريف الربو (Asthma) على أنه مرض مزمن يُصيب الممرات الهوائية التي تنقل الهواء من الرئتين وإليها، ويتمثل بالتهاب هذه الممرات وانتفاخها بشكلٍ يتسبب بتضييقها، وهذا ما يجعل عبور الهواء فيها أصعب، حيث يدخل الهواء المحمّل بالأكسجين إلى الجهاز التنفسي عبر الأنف، مُندفعاً في الممرات الهوائية ليصل إلى الرئتين، وفي حال تعرّضت بطانة هذه الممرات الهوائية للتهاب والانتفاخ، فإن ذلك يؤدي إلى تجمع المخاط في هذه الممرات، والذي من شأنه أن يُعيق مرور الهواء، والإصابة بما يُعرف نوبة الربو، وهنا يُمكن تعريف الربو؛ على أنه أحد أمراض التهاب الجهاز التنفسي المزمنة، التي يُسفر عنها حدوث صعوبة في التنفس، والشعور بضيق في الصدر، والإصابة بالسعال، بالإضافة إلى بعض الأعراض الأخرى كالإعياء، والأزيز في أثناء التنفس، وبالاعتماد على تقارير مراكز مكافحة الأمراض واتقائها، يُمكن القول بأن مرض الربو يُعدّ من الأمراض الشائعة بين الأطفال الأمريكيين، حيث نجد أنّ حوالي طفل واحد بين كل 12 طفلاً يُعاني من الربو، بالإضافة إلى أنّ هناك ما يُقارب 27 مليوناً أمريكي يُعاني مرض الربو. [مراجع:1](#)

## بحث عن الربو

فيما يأتي أهم المعلومات والتفاصيل عن مرض الربو:

### أعراض الإصابة بالربو

في الحقيقة تتفاوت أعراض الإصابة بالربو من مريض إلى آخر، وبالإضافة إلى ذلك فإنّ منهم من يُعاني من نوبات الربو بشكلٍ غير متكرر، ومنهم من يُعاني منها عند ممارسة بعض الأنشطة كالرياضة أو عند التعرّض لبعض المهيجات، ومنهم من يُعاني منها أغلب الأوقات، ويمكن إجمال أهم أعراض نوبات الربو فيما يأتي:

- ضيق التنفس وصعوبته.
- الشعور بضيق أو ألم في الصدر.
- اضطرابات النوم بسبب مشاكل التنفس.
- صوت الصفير أثناء الزفير، وخاصة في الأطفال.
- نوبات من السعال تزداد سوءاً عند تعرّض المصاب للفيروسات التي تُصيب الجهاز التنفسيّ مثل الإنفلونزا ونزلات البرد.

### محفزات نوبات الربو

هنالك العديد من المحفزات التي تحفظ نوبة الربو، وعلى الرغم من اختلاف العوامل أو الظروف التي تتسبب بتحفيز ظهور نوبة الربو، إلا أنّ هناك بعض العوامل العامة التي يمكن إجمالها فيما يأتي:

- المواد المحمولة في الجو، مثل عث الغبار، واللقاح، والعفن وغيرها.
- العدوى التي تصيب الجهاز التنفسي مثل نزلات البرد (Common Cold).
- الأنشطة البدنية مثل التمارين الرياضية.
- التعرّض للهواء البارد.
- التعرّض لمؤثّات الهواء مثل الدخان والغبار.
- بعض أنواع الأدوية مثل الإيبوبروفين (Ibuprofen)، والنابروكسين (Naproxen)، وحاصرات مستقبلات بيتا (Beta blockers).
- التعرّض للتوتر أو المرور بمراحل من المشاعر الفاضحة أو القوية.
- تناول مادة السلفيت (Sulfites) أو المواد الحافظة التي تُضاف لبعض أصناف الأطعمة والمشروبات، مثل الجمبري، الفواكه المجففة، والخمر أو النبيذ، والبطاطا المعالجة.

- الإصابة بمرض الارتجاع المعدي المريئي (Gastroesophageal reflux disease-GERD) ، والذي يتمثل بارتجاع حمض المعدة إلى الحلق.

## مضاعفات الإصابة بالربو

تكمّن وظيفة الالتزام بالعلاج بمنع حدوث المضاعفات التي قد تؤثر بشكلٍ جليّ في حياة المصاب، وكذلك لمنع حدوث المضاعفات بحدوثها. يجب تعلّمها وتطبيقها بشكل سليم للحصول على الفائدة المرجوة، ويمكن تقسيم الخيارات العلاجية المحتملة حدوثها ما يأتي: [٣] الشعور بالتعب والإرهاق طول الوقت. تراجع الأداء في المدرسة أو العمل أو التغيّب عنها. الشعور بالتوتر، أو القلق، أو الاكتئاب. المعاناة من التهابات الرئة المعروف بالتهاب الرئويّ (بالإنجليزية: Pneumonia) تأخر في نمو وبلوغ الأطفال.

## علاج مرض الربو

غالباً ما يقوم علاج الربو بشكلٍ رئيسيٍّ على استعمال البخاخات، ويجدر بالذكر أنّ لكل نوع من البخاخات طريقة استخدام معينة، يجب تعلّمها وتطبيقها بشكل سليم للحصول على الفائدة المرجوة، ويمكن تقسيم الخيارات العلاجية الممكنة في حال المعاناة من الربو إلى ما يأتي:

- **البخاخات التي تمنع حدوث النوبات:** وهي أشهر أنواع البخاخات، وتهدف إلى منع حدوث الأعراض وظهورها، وتقوم على مبدأ السيطرة على التهاب الممرات الهوائية، ومنها ما يحتوي على الستيرويدات المُصنّعة التي تُشبه الستيرويدات الطبيعية المنتجة في الجسم، وتعمل هذه الستيرويدات على السيطرة على الالتهاب ومنع حدوث الأعراض، ومن الجدير بالذكر أنّ هذه البخاخات تُعطى عادة عن طريق الفم بشكل منتظم مرة أو مرتين في اليوم الواحد، وغالباً ما تكون جرعة الستيرويدات المعطاة قليلة فلا تتسبب بحدوث أية آثار جانبية باستثناء احتمالية معاناة المصاب من جفاف الفم وإصابته بالقروح، وتجدر الإشارة إلى أنّ هذا الأثر الجانبيّ يمكن تجنب حدوثه بغسل الفم بعد استعمال البخاخ.
- **البخاخات التي تخفف أعراض النوبة:** تُعطى هذه البخاخات فور بداية ظهور أعراض الربو، وتحتوي على الأدوية المعروفة بناهضات بيتا 2 الأدرينالية قصيرة المفعول مثل دواء سالبوتامول، إذ تعمل على إرخاء الممرات الهوائية مُسببة سهولة التنفس وتخفيف الأعراض، ومن الجدير بالذكر أنّ هذه البخاخات تُعطى مفعولها بشكلٍ سريع للغاية، غالباً خلال ثوانٍ معدودة.
- **علاجات أخرى:** ويُلجأ لهذه الخيارات العلاجية في الحالات التي لا تكون فيها نوبات الربو تحت السيطرة، وتتمثل بإضافة أدوية لتخفيف الالتهاب، مثل مونتيلوكاست (Montelukast) ، والذي يُعطى عن طريق الفم.
- **نصائح عامة:** يُنصح المصابون بالربو بتجنّب المحفزات التي تُهيّج الممرات الهوائية لديهم وتُسبب لهم الأعراض مثل الدخان والحيوانات والأمثلة الأخرى المذكورة سلفاً، وقد يتطلب الأمر تحويل المصاب إلى مختصّ بالأمراض المناعية لعلاج الحساسية التي يعاني منها، ومن النصائح الأخرى التي تُقدّم لمرضى الربو ضرورة المحافظة على وزن مثاليّ، والإقلاع عن التدخين، وأخذ مطعوم الإنفلونزا بشكل سنويّ.

## كيفية تصنيف الربو

يتم تصنيف درجة أو شدة الربو لدى المُصاب به اعتماداً على عواملٍ عدّة؛ من بينها: طبيعة الأعراض الناتجة عن الربو، وعدد مرات ظهورها، وشدتها، وذلك إلى جانب نتائج الفحوصات التشخيصية والبدنية التي تم إجراؤها من قبل الطبيب المختص، ويُساعد تصنيف درجة الربو في تحديد العلاج المناسب لكل حالة، وتجدر الإشارة إلى أنّه غالباً ما تتغير شدة الربو مع مرور الوقت، وعليه قد يختلف التصنيف مع مرور الوقت؛ ممّا يتطلب إجراء تعديلاتٍ علاجيةٍ مستمرة، وعادةً ما يُصنّف الربو إلى أربع فئات رئيسية، وهي على النحو الآتي: [1:مخجل2:](#)

- **ربو خفيف متقطع:** وفيه تكون الأعراض خفيفة، وغير مستمرة، بحيث تظهر وتختفي بشكلٍ متتابع، ويتضمّن ذلك ظهورها تتراوح ما بين ليلتين في الشهر الواحد ويومين في الأسبوع.

- **ربو خفيف مستمر**: وفيه تظهر الأعراض لأكثر من مرتين في الأسبوع، ولكن ليس أكثر من مرة في اليوم الواحد.
- **ربو معتدل مستمر**: وفيه تظهر الأعراض لمرة واحدة فقط في اليوم ولأكثر من ليلة واحدة خلال الأسبوع.
- **ربو شديد مستمر**: وفيه تستمر الأعراض طوال اليوم وفي أغلب الأيام وبصورة متكررة أثناء الليل.

## العلاجات المنزلية للربو

يُمكن اتّباع عدد من النّصائح للتقليل من فرصة الإصابة بنوبة الربو، والحفاظ على صحة الجسم، ومن هذه النّصائح يُمكن ذكر ما يأتي:

- تجنّب التعرّض للعوامل التي تُساعد في تحفيز حدوث نوبة الربو، ويُمكن ذلك باتّباع بعض النّصائح، منها:
  - الحرص على تنظيف الأثاث، والتقليل من نسبة الغبار المتراكم عليه قدر الإمكان.
  - التأكد من نظافة الأجزاء الرطبة في المنزل، كالمطبخ، والحمام، وحول المنزل.
  - تجنّب التعرّض لوبر الحيوانات الأليفة.
  - التأكد من ارتداء قناع يُغطي الفم والأنف في حالة التعرّض للبرد الشديد.
  - الحرص على بقاء رطوبة الهواء ضمن معدلاتها الطبيعية.
  - تشغيل مكيفات الهواء، حيث يُساعد ذلك في خفض نسبة الرطوبة في الهواء المحيط، وتقليل كميّة حبوب اللقاح العالقة في أجواء المنزل.
  - الحرص على تنظيف المنزل بانتظام، وذلك لما لا يقل عن مرة أسبوعياً.
- الحفاظ على صحّة الجسم، ويكون ذلك باتّباع بعض النّصائح، منها:
  - الحفاظ على بقاء وزن الجسم مثالي وصحّي.
  - الحرص على ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، فالتمارين الرياضية تُسهم في تقوية الرئتين والقلب.
  - علاج مشكلة الارتداد المعدي المريئي وحرقة المعدة، والتي من المُمكن أن تزيد من حدّة أعراض الربو.

## خاتمة بحث عن الربو

ليس هناك علاج لمرض الربو، لكن من الممكن السيطرة على أعراضه باتّباع طرق مختلفة، وإذا لم يكن الربو تحت المراقبة والمتابعة فقد يسبب التغيب المتكرر والطويل عن المدرسة أو عن العمل مما قد يُقلص مستوى الإنتاجية، وتتغير حدة الربو مع الوقت لدى معظم الناس، لذا من الضروري الخضوع للمراقبة والمتابعة الصحية الدائمة ومراقبة المؤشرات والأعراض وملاءمة علاج الربو حسب الحاجة، ومن الصعب تشخيص الإصابة بمرض الربو في بعض الأحيان، كما قد يكون من الصعب أحياناً التمييز بين الربو والتهاب الشعب الهوائية الذي يصاحبه صفير والتهاب رئوي أو مرض آخر في مجرى التنفس كردّ فعل على مؤثرات معينة. لكي يكون بالإمكان استبعاد الإصابة بأمراض أخرى محتملة يجري الطبيب فحصاً جسدياً ويطرح أسئلة تتعلق بالعلامات والأعراض ومشكلات صحية أخرى، أحياناً يُجرى اختبار الأداء الوظيفي للرئتين، حتى يتم تحديد كمية الهواء التي تدخل وتخرج أثناء عملية التنفس بهدف تشخيص الإصابة بمرض الربو.