

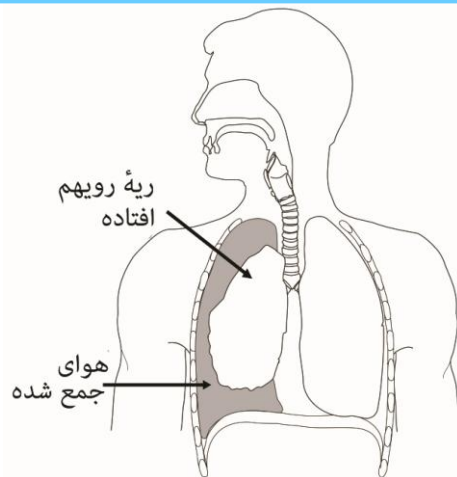
Emergency Services

خدمات اورژانس

## Pneumothorax (Collapsed Lung)

## نوموتراکس (رویهم افتادگی ریه)

برای انجام عکسبرداری از قفسه سینه به بخش اورژانس در تاریخ: \_\_\_\_\_ مراجعه کنید  
**Return to the Emergency Department for a chest x-ray on:**



### نوموتراکس چیست؟

نوموتراکس به معنی هوا و تراکس به معنی قفسه سینه است. نوموتراکس (خوانده میشود نیو- مو- تراکس) مشکلی است که در آن هوا از ریه شما به بیرون نشت میکند. هوا در محلی بین ریه های شما و قفسه سینه جمع میشود. همینطور که میزان هوا در این محل بیشتر میشود، فشار وارد آمده به ریه های شما باعث رویهم افتادگی ریه میشود. زمانیکه سعی میکنید تا هوا را بدون بکشید (دم) ریه شما نمیتواند بدرستی پُر شود. این وضعیت نفس کشیدن را برای شما مشکل کرده و میتواند موجب درد قفسه سینه بشود.

### چه چیزی باعث نوموتراکس میشود؟

- رایجترین دلایل نوموتراکس به شرح زیر است:
- آسیب به قفسه سینه مانند آسیب ناشی از افتادن و یا تصادف اتوموبیل
  - جراحی در قفسه سینه مانند جراحی ناشی از ضربه با یک آلت تیز یا سوراخ شدن شکستگی دنده ها

نوموتراکس ممکن است ناگهانی و بدون هیچ دلیلی اتفاق بیفتد. به این مورد "نوموتراکس خودبخودی" میگوییم.

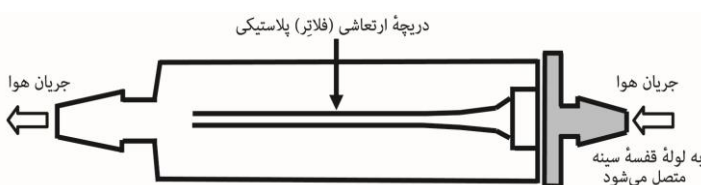
افرادی که بیشتر امکان مبتلا شدن به نوموتراکس خودبخودی دارند شامل:

- اشخاص جوان، سالم، بلند و لاغر
- سیگاریها
- اشخاصی که مشکل ریوی طول عمری یا مزمن دارند

### چگونه نوموتراکس درمان میشود؟

نوموتراکس خفیف ممکن است بخودی خود برطرف شود. هوای جمع شده رفته رفته توسط بدن جذب میشود.

در نوموتراکس گسترده، هوای اطراف ریه شما باید تخلیه شود تا ریه بتواند دوباره پُر شود. ما لوله قفسه سینه را بین دنده های شما در داخل توده هوا قرار میدهم. لوله قفسه سینه (چست تیوب) به "دریچه فلاتر یک طرفه" وصل میشود. این دریچه هوا را به بیرون میبرد اما از ورود آن به توده هوا جلوگیری میکند.



دریچه ارتعاشی یکطرفه

## تا چند وقت لوله قفسه سینه در آن محل میماند؟

ما لوله قفسه سینه را تا زمانیکه نشت التیام یافته و هوا دیگر جمع نشود در آنجا نگه میداریم. این وضعیت ممکن است چندین روز طول بکشد.

قبل از برداشتن لوله، برای حصول اطمینان از دوباره پر شدن ریه، عکس قفسه سینه میگیریم. در صورتیکه توده هوا از بین رفته باشد و شما به آسانی نفس بکشید، لوله قفسه سینه را برمیذاریم.

## چگونه در منزل از خود مراقبت کنید

- استراحت کنید.
- اگر درد یا ناراحتی دارید طبق دستور از مسکن استفاده کنید:
- میتوانید از استامینوفن ساده (مانند تایلنول معمولی) یا ایبو بروفن (مانند موتیرین یا ادویل) استفاده کنید.
- تا زمانی که بیدار هستید، حداقل در هر یک ساعت تمرینات تنفس عمیق را انجام دهید.
  - نفس عمیق بکشید و 1 تا 2 ثانیه هوا را نگه دارید.
  - هوا را بیرون بدهید. این کار ممکن است باعث سرفه شما شود که طبیعی است.
  - این کار را 10 بار انجام دهید.
- از گیر کردن یا بسته شدن لوله قفسه سینه جلوگیری کنید. شنیدن صدا از دریچه ارتعاشی (فلاتر) مانند صدای بال زدن پرنده یا صدای بوق، هنگام دم و باز دم طبیعی است. اگر صدائی نمیشنوید یا نشت هوا متوقف شده و یا لوله دچار گرفتگی شده است. گرفتگی لوله را بررسی کنید.
- بر روی محلی که لوله قفسه سینه وارد قفسه سینه شما میشود یک پانسمان تمیز و خشک بگذارید.
- با اسفنج حمام کنید. در وان حمام **نکنید** یا دوش **نگیرید**. داخل وان آب داغ یا استخرهای شنا **نشوید**.
- دریچه فلتر یکطرفه را از لوله قفسه سینه جدا **نکنید**.
- هیچ نوع فعالیت دشوار یا بلند کردن اجسام سنگین را انجام **ندهید**.
- سیگار **نکشید**. قدمهائی در جهت ترک سیگار بردارید. در صورتیکه به سیگار کشیدن ادامه دهید احتمال رویهم افتادگی دوباره ریه در شما بیشتر میشود.

## چه موقع کمک بخواهیم

## در موارد زیر به نزدیکترین اورژانس مراجعه کنید:

- لوله قفسه سینه بیرون بیفتد.
- قبل از رفتن به بیمارستان:
- محل باز روی قفسه سینه خود را با پانسمانی تمیز و خشک بپوشانید.
- پانسمان را با چسب محکم کنید.
- دچار نفس تنگی شده اید یا نفس کشیدن برایتان مشکل است.
- دردی در قفسه سینه دارید که بدتر شده یا با مصرف مسکن برطرف نشود.
- تب بالای 38.5 درجه سانتیگراد (101.3 درجه فارنهایت) دارید.

## برای آگاهی بیشتر، خوب است سوال کنید:

- از دکتر خانوادگی تان
- با شماره 1-1-8 (برای ناشنویان و کم شنوایان با شماره 1-1-7) تماس حاصل کرده یا به آدرس وبسایت [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) مراجعه کنید.