



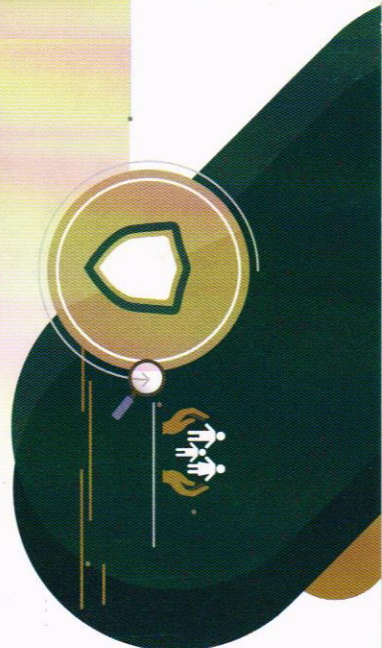
# الربو

إعداد

أريج السياك

مراجعة

د.أيمان نجيب



## الوقاية من نوبات الربو

- أخذ تطعيم الإنفلونزا .
- تجنب التعرض للتدخين أو الروائح القوية والأثرية (استعمال كماسة) .
- التخطي من الطيور والحيوانات المنزلية المختلفة أو عزلها مع ضرورة غسل اليدين مباشرة بعد الجلوس معها .
- النوم في غرفة معتدلة الحرارة مع ضرورة تجنب التعرض للهواء البارد .
- تجنب المخدات المحشوة بريش الطيور .
- غسل شارشف النوم وبطانيات الأسرة بشكل مستمر .
- تنظيف الموكيت والموارش باستمرار .
- تنظيف الصور المعلقة يومياً وبتنظيفها براويز دون إطارات منعاً لتجمع الغبار .
- تنظيف ألعاب الأطفال بشكل دائم .
- التعرف على مثير الحساسية وتجنبه .

## الحالات المزمنة المتوسطة

تحتاج إلى علاج يومي للوقاية بمضادات الالتهاب كما يارو إضافة موسعات الشعب الهوائية طويلة المفعول للسيطرة على الأعراض وخاصة السعال الليلي

## الحالات المزمنة الشديدة

تحتاج إلى علاجات يومية تشمل :  
مضادات الالتهاب وأهمها مشتقات الكورتيكون  
موسعات الشعب طويلة المفعول  
موسعات الشعب قصيرة الأمد