

رحلتي مع الاسترواح الصدري

الاسترواح الصدري التلقائي الأولي

نشرة معلومات المريض



إخلاء المسؤولية

تمت كتابة هذه المعلومات من قبل مرضى يعانون من مرض الاسترواح الصدري وأخصائيين في الرعاية الصحية. وهي تتعلق بالممارسات الطبية في المملكة المتحدة وقد لا تكون قابلة للتطبيق في بلدان أخرى. لا يجوز أن تحل هذه المعلومات محل استشارة أخصائي رعاية صحية. قد تكون هناك ظروف فردية تؤثر على اتخاذ القرارات على أساس كل حالة على حدة. يجب استخدام هذه المعلومات دائماً إلى جانب المعلومات المقدمة من قبل الفريق الطبي للمريض.

متى يجب استخدام هذه المعلومات المتعلقة بالمرضى؟

توفر نشرة "رحلتي مع الاسترواح الصدري" معلومات للمرضى المصابين بالاسترواح الصدري التلقائي الأولي. وقد تم توضيح هذا التعريف في الصفحة التالية من هذه النشرة. هناك طرق مختلفة للتعامل مع هذه الحالة. تهدف نشرة "رحلتي مع الاسترواح الصدري" إلى مساعدة المرضى على فهم المزيد عن خيارات العلاج المختلفة وكيف يمكن أن يفكروا في العلاج المناسب لهم. هناك أنواع أخرى من الاسترواح الصدري (مثل الاسترواح الصدري التلقائي الثانوي، الاسترواح الصدري الرضحي) والتي لم يتم تناولها في هذه النشرة أيضاً. سيخبرك أخصائي الرعاية الصحية القائم على رعايتك إذا ما كان لديك أحد هذه الأنواع الأخرى من الاسترواح الصدري وكيف يمكن التعامل معها.

شكر وتقدير

قادت هذا المشروع شبكة العلوم الصحية الأكاديمية في ويست ميدلاندز، والخدمات المستعجلة المشتركة ([Accelerated Access Collaborative](#))، والأطباء الاستشاريون من أمانة هيئة الخدمات الصحية الوطنية بجامعة مانشستر ومستشفيات جامعة نورث ميدلاندز. لم يكن لهذا العمل أن ينجح لولا الوقت السخي والمعرفة التي قام المرضى الذين يعانون من الاسترواح الصدري بتقديمها.

رحلتي مع الاسترواح الصدري

1. ما هو الاسترواح الصدري؟

في الوضع الطبيعي تضغط الرئتين على الجهة الداخلية من القفص الصدري. يحدث الاسترواح الصدري عندما "يفلت" الهواء أو "يتسرب" من خلال البطانة الخارجية للرئة (الغشاء الجنبى) بسبب تمزق صغير أو ثقب صغير أو عدة ثقوب صغيرة جدًا مما يؤدي إلى انكماش الرئة ببطء مثل البالون. عندها ينحبس الهواء الذي تسرب بين الرئة والقفص الصدري.

2. ما هو "الاسترواح الصدري التلقائي الأولي"؟

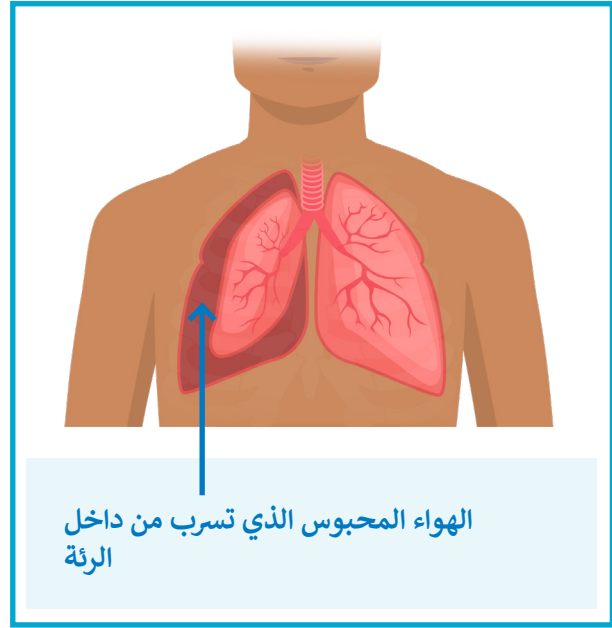
يحدث الاسترواح التلقائي الصدري عندما يفلت الهواء من خلال البطانة الخارجية للرئة دون أي سبب مثل الصدمة أو إصابة الصدر.

يحدث الاسترواح الصدري التلقائي الأولي في الرئتين السليمتين دون أي مشاكل رئوية معروفة. يحدث هذا غالبًا عند الشباب، خاصة أولئك الذين تقل أعمارهم عن 50 عامًا.

يحدث الاسترواح الصدري التلقائي الثانوي في الرئتين مع وجود مشاكل كامنة مثل مرض الانسداد الرئوي المزمن (تلف الرئتين بسبب التدخين) أو التليف (تندب الرئتين). يعتبر الاسترواح الصدري التلقائي الثانوي أكثر شيوعًا عند الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 50 عامًا. لم يتم تغطية خيارات العلاج لهذا النوع من الاسترواح الصدري في هذه النشرة.

3. هل الاسترواح الصدري التلقائي الأولي خطير؟

لا. يمكن أن يكون الاسترواح الصدري التلقائي الأولي مؤلمًا (مؤلم جدًا في بعض الأحيان) وقد يسبب اضطرابًا في الحياة اليومية لبضعة أيام أو أسابيع، ولكن من غير المرجح أن يشكل خطرًا على الحياة. بعد الإصابة بالاسترواح الصدري، قد تكون هناك قيود على أنشطة معينة، مثل الطيران والغوص. قد تكون هذه القيود قصيرة المدى أو تستمر على المدى البعيد. قم باستشارة طبيبك دائمًا قبل القيام بهذه الأنشطة.



4. ما هي الأعراض التي يسببها؟

الألم. يعد الألم في الصدر والظهر والكتفين من الأعراض الشائعة جدًا للاسترواح الصدري. من المهم الإشارة إلى أن درجة الألم لا علاقة لها بحجم الاسترواح الصدري أو كيفية التعامل معه. يمكن أن يختلف الشعور بالألم من شخص إلى آخر. يمكن أن يكون الألم على شكل:

- ضيق في الصدر و / أو الظهر
- طعنات ألم في الصدر و / أو الظهر
- يتراوح بين الألم الخفيف إلى الشديد.

ضيق التنفس. وهو عرض شائع ويمكن أن يتراوح من الشعور بضيق خفيف في التنفس إلى الشعور بضيق شديد في التنفس. قد يكون هذا العرض مخيفًا، ولكن من المهم معرفة أنه لكونه استرواح صدري تلقائي أولي فإن الرئتين تتمتعان بصحة جيدة ويمكنهما التعامل بشكل جيد مع هذا العرض، حتى لو فرغت إحداهما من الهواء.

أعراض أخرى. تجربة الاسترواح الصدري تختلف لدى كل فرد. من المهم أن تطلع الفريق الطبي على ما تشعر به حتى يتمكنوا من العناية بك.

5. ماذا سيحدث لي في المستشفى؟

يراجع معظم المرضى المصابين بالاسترواح الصدري التلقائي الأولي إلى المستشفى وهم يعانون من أعراض ضيق التنفس و / أو ألم في الصدر. بعد التقييم مع أخصائي الرعاية الصحية، يتم إجراء فحوصات، بما في ذلك فحوصات الدم والأشعة السينية للصدر وتتبع القلب (تخطيط القلب). يتم تشخيص الاسترواح الصدري التلقائي الأولي عن طريق تصوير الصدر بالأشعة السينية. في هذه المرحلة، سوف يناقش الفريق الطبي خيارات العلاج المتوفرة. هذه النشرة تحتوي على هذه المعلومات.

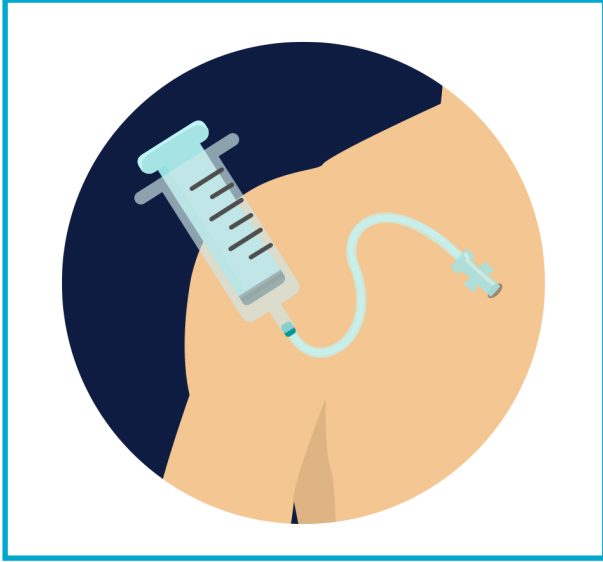
6. ما هي العلاجات المتاحة للاسترواح الصدري التلقائي الأولي؟

مسكنات الألم. تعتبر مسكنات الألم مهمة جداً وستساعد في التحكم في الألم الذي تعاني منه بسبب الاسترواح الصدري. استفسر من فريقك الطبي عن مسكنات الألم المناسبة لك.

قد تعتمد بعض العلاجات الموضحة أدناه على وجود الخبرة المناسبة والفريق المناسب في المستشفى المحلي الذي تقوم بمراجعته وهي ليست متاحة دائماً. قد يتم تحديد العلاج المناسب لك أيضًا حسب شدة الأعراض. سيناقتش معك الفريق الطبي جميع الخيارات المتوفرة.

المراقبة. ستلتئم الرئة بنفسها في نهاية المطاف ويعتقد بعض الخبراء أنها تلتئم بشكل أسرع أثناء تفرغ الرئة. عندما يتم إصلاح التمزق / الثقب، تمتص أجسامنا الهواء المتسرب ببطء على مدى عدة أسابيع وتعيد الرئة نفخ نفسها. يشار إلى ذلك أحيانًا باسم "انتظر وراقب" أو "المراقبة فقط". يمكن لفريقك الطبي التحدث معك حول ما إذا كان هذا الخيار آمن لك.

“الشفط بالإبرة”. هذا الاجراء الطبي يتم فيه استخدام إبرة صغيرة لوضع أنبوب صغير (قسطرة) في الهواء المحبوس بين الرئة والقفص الصدري. وهو متصل بدائرة بحيث يمكن امتصاص الهواء من خلال حقنة بشكل متكرر حتى يتم إزالة أكبر قدر ممكن من الهواء المحبوس. إذا نجح هذا الإجراء، يمكنك العودة إلى المنزل دون دخول المستشفى (وهو ممكن في حوالي نصف حالات المرضى الذين خضعوا لهذا الإجراء الطبي). إذا لم ينجح الإجراء، فقد تحتاج إلى دخول المستشفى لتصريف الصدر.



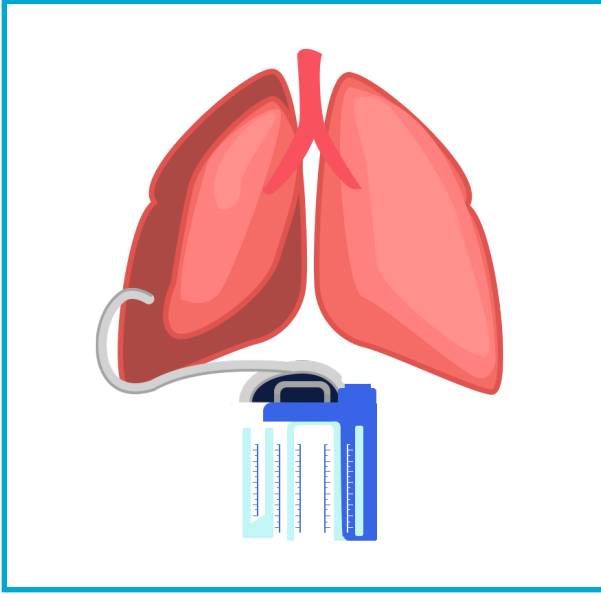
تحرير الهواء المحبوس وإعادة نفخ الرئة. يمكن تنفيذ ذلك من خلال عدة أنواع مختلفة من الإجراءات الطبية والتي يمكن إجراؤها جميعًا باستخدام التخدير الموضعي والإبر أو الأنابيب الصغيرة. تهدف كل هذه الإجراءات إلى تحرير الهواء المتسرب المحاصر والسماح للرئة بإعادة الانتفاخ (أسرع مما لو ترك ليختفي من تلقاء نفسه). تشمل هذه الإجراءات الطبية ما يلي:

“الجهاز المتنقل”. وهذا يعني إدخال أنبوب صغير يمر عبر جلد وعضلات الصدر إلى الفراغ بين الرئة والقفص الصدري. إنه متصل أو يحتوي على صمام داخلي أحادي الاتجاه يسمح بخروج الهواء، ولكن لا يسمح بدخول الهواء.

يمكن أن يختلف نوع الجهاز المتنقل الذي يتم تقديمه لك، ولكن جميع الأجهزة تعمل بنفس الطريقة. يمكنك التجول باستخدام هذا الجهاز والعودة إلى المنزل به. عند إزالة جميع الهواء المتسرب والتنام التمزق أو الفتحة الموجودة في بطانة الرئة، يمكن إزالة الجهاز. إذا كان الجهاز لا يعمل، فقد تحتاج إلى مراجعة المستشفى للخضوع لإجراء طبي مختلف (مثل تصريف الصدر).

يفترض أن تشعر بالراحة عند وجود الجهاز في مكانه وأنت في المنزل ويمكنك الاعتماد على طلب المساعدة من خلال الاتصال بالفريق المناسب في المستشفى إذا كانت هناك أي مشاكل في الجهاز أو إذا ساءت الأعراض.

شبكة الأمان. إذا اخترت علاجًا يسمح لك أن تتواجد في منزلك (المراقبة أو الجهاز المتنقل أو بعد الشفط بالإبرة بنجاح)، فمن المهم أن تتمكن أنت والأشخاص الذين يعيشون معك من طلب المساعدة عن طريق الاتصال بالفريق المناسب في المستشفى إذا بدأت تشعر بتوعك أو إذا عادت الأعراض. إذا كنت قلقًا، فعليك العودة إلى قسم الطوارئ.



”تصريف الصدر“. يتم وضع أنبوب رفيع صغير في الهواء المحبوس بين الرئة والقفص الصدري باستخدام إبرة صغيرة مع تخدير موضعي. يتم خياطة الأنبوب بحيث لا يسقط ويتم توصيله بزجاجة تحتوي على ماء - يسمى ذلك بنظام صمام تحت مائي أحادي الاتجاه. يتدفق الهواء المحبوس على شكل فقاعات من خلال الماء في الزجاجة. عند تركيب جهاز التصريف الصدري، يجب أن تكون في المستشفى. ويكون ذلك عادة لبضعة أيام على الأقل، ولكن سوف يناقش فريقك الطبي هذا الأمر معك.

إذا خضعت لإجراء التصريف الصدري قد يستخدم فريقك الطبي جهازًا خاصًا يحل محل نظام الصمام أحادي الاتجاه لأنه يحتوي على شاشة رقمية تساعد الأطباء على مراقبة الاسترواح الصدري. يمكن أن تساعد هذه المعلومات فريقك الطبي في اتخاذ قرارات بشأن شفائك ومتى يمكنهم إزالة جهاز التصريف الصدري حتى تتمكن من العودة إلى المنزل. يسمى هذا الجهاز: **Thopaz+ Digital Chest Drainage and**

Monitoring

7. الجراحة

في حالات معينة، يمكن التفكير في الجراحة للاسترواح الصدري التلقائي الأولي. يتضمن ذلك عملية شق جراحي تحت تأثير التخدير العام والتي سوف يناقشها معك الفريق الطبي. يمكن أخذ العملية بعين الاعتبار في الحالات التالية:

- خلال فترة الاسترواح الصدري، إذا كان الهواء لا يزال يتسرب من الرئة على الرغم من العلاجات الأخرى مثل تصريف الصدر،
- بعد شفاء الاسترواح الصدري، لكن تكرر حدوثه أكثر من مرة.
- بعد الشفاء من الاسترواح الصدري، ولكنه أصاب كلا الرئتين.



8. ما هو أفضل علاج؟

لا يوجد أفضل علاج، بل العلاج المناسب لك. يرجى الاطلاع أدناه على بعض إيجابيات وسلبيات الأساليب المختلفة:

✗	✓	خيار العلاج
<ul style="list-style-type: none"> • من المحتمل أن يستغرق ضيق التنفس وقتًا أطول قليلاً حتى يتحسن • عدة فحوصات طبية في المستشفى بعد العودة إلى المنزل • إذا ساءت الحالة، فقد تحتاج إلى دخول المستشفى وتصريف الصدر 	<ul style="list-style-type: none"> • لا توجد إبر أو إجراءات طبية • يمكنك العودة إلى المنزل على الفور • لا يوجد إقامة في المستشفى 	المراقبة
<ul style="list-style-type: none"> • يحتاج الإجراء إلى تخدير موضعي وإبر صغيرة • عدة فحوصات طبية في المستشفى بعد العودة إلى المنزل • تحتاج إلى تركيب جهاز صغير في صدرك في المنزل وهناك خطر بسيط لانسداد الجهاز أو تعطله مما يعني أن الأعراض قد تعود وقد تحتاج إلى العودة إلى المستشفى • إذا لم ينجح الإجراء، فمن المحتمل أن يتم إدخالك إلى المستشفى والخضوع للمزيد من الإجراءات الطبية، على سبيل المثال تصريف الصدر 	<ul style="list-style-type: none"> • عدم الإقامة في المستشفى (إذا نجح استخدام الجهاز) • قد يتحسن ضيق التنفس بشكل أسرع من خيار المراقبة 	الجهاز المتنقل
<ul style="list-style-type: none"> • يحتاج الإجراء إلى تخدير موضعي وإبر صغيرة • إذا لم ينجح ذلك، فمن المحتمل أن يتم إدخالك إلى المستشفى والخضوع لإجراء تصريف صدري (50% من المرات) 	<ul style="list-style-type: none"> • عدم الإقامة في المستشفى (إذا نجح الإجراء) • قد يتحسن ضيق التنفس بشكل أسرع من خيار المراقبة 	الشفط بالإبرة
<ul style="list-style-type: none"> • تحتاج إلى البقاء في المستشفى لبضعة أيام • يحتاج الإجراء إلى تخدير موضعي وإبر صغيرة 	<ul style="list-style-type: none"> • قد يتحسن ضيق التنفس بشكل أسرع من خيار المراقبة • من غير المحتمل أن تحتاج إلى إجراء طبي ثانٍ في حالة استقرار تسرب الهواء • من المحتمل أن يكون الخيار الأفضل إذا كانت الأعراض شديدة أو كان المريض يشعر بتوعك شديد بسبب الاسترواح الصدري 	تصريف الصدر

الوراثة. في بعض الأحيان، يمكننا أن نرث جينات من آباءنا تزيد من احتمالية إصابتنا بالاسترواح الصدري. **من المهم أن يكون فريقك الطبي على علم بما إذا كان أي شخص في عائلتك قد عانى من الاسترواح الصدري.** إذا لم تكن متأكدًا من التاريخ الطبي لعائلتك، فيرجى الاستفسار من أفراد عائلتك.

حالات طبية أخرى. يمكن أحيانًا (نادرًا جدًا) أن يرتبط الاسترواح الصدري بحالات طبية أخرى (أحد الأمثلة على ذلك هو الانتباز البطاني الرحيمي)، لذلك من المهم مناقشة تاريخك الطبي الكامل مع فريقك الطبي.

10. المزيد من المصادر

[Thopaz+ Digital Chest Drainage and Monitoring System](#)

[Thopaz+ and the MedTech Funding Mandate \(MTFM\)](#)

[WMAHSN supporting the implementation of MTFM technologies](#)

9. هل هناك أي شيء يزيد من خطر الاسترواح الصدري التلقائي الأولي؟

هناك بعض عوامل الخطر الشائعة المدرجة أدناه، ولكن يمكن أن يحدث الاسترواح الصدري التلقائي الأولي لأي شخص.

التدخين. إن أكبر عامل خطر للاسترواح الصدري التلقائي الأولي هو تدخين التبغ. **يعد الإقلاع عن التدخين أيضًا أهم شيء يمكن لأي شخص القيام به لتقليل خطر حدوث الاسترواح الصدري مرة أخرى.** إذا كنت تدخن، فقد يكون من الصعب التوقف عن التدخين، ولكن المساعدة والعلاج متوفران.

للمزيد من المعلومات:

أ. قم بزيارة موقع هيئة الخدمات الصحية الوطنية للإقلاع عن التدخين على: <https://www.nhs.uk/better-health/quit-smoking>

ب. قم بتنزيل تطبيق هيئة الخدمات الصحية الوطنية للإقلاع عن التدخين: [Quit smoking- Better Health- NHS \(www.nhs.uk\)](#)

ج. اتصل بخط المساعدة الوطني المجاني للإقلاع عن التدخين على الرقم 1044 123 0300

الطول. يبدو أن الأشخاص طوال القامة يعانون من الاسترواح الصدري التلقائي الأولي أكثر من غيرهم. لا نفهم السبب تمامًا، ولكن قد يكون ذلك لأن الأشخاص طوال القامة لديهم رئتان أطول وقد تكونا أكثر عرضة لوجود نقاط ضعف في السطح بحيث يمكن أن "تتمزقا" وتسمحان للهواء بالتسرب.