

الربو: تخفيف الأزيز



يلاحظ مدرس كابل في مرحلة ما قبل المدرسة أنه غالبًا ما يتغيّب عن المدرسة بسبب نزلات البرد. ويسمع صوت أزيز أو صفير عندما يلعب بقوة. هل يمكن أن يكون مصاب بالربو؟ يتسبب الربو في تضخم الشعب الهوائية وضيقها وامتلائها بالمخاط. يمكن أن تكون نوبات الربو الشديدة مهددة للحياة.

ما هي العلامات التحذيرية لمرض الربو عند الأطفال الصغار؟

- سعال متكرر وضيق في التنفس أو شكاوى من إحساس بضيق في الصدر
- احتقان الصدر مع نزلات البرد أو الزكام تستمر لفترة أطول من الأطفال الآخرين
- السعال أو الأزيز عندما يلعب الطفل بقوة أو يضحك أو عندما يكون في نوبة غضب
- عدم القدرة على مواكبة أقرانهم عند الجري أو اللعب بسبب صعوبة التنفس

ما هي العوامل التي قد تسبب نوبة الربو؟

- على الرغم من أن سبب الربو غير معروف، إلا أن بعض النوبات تحدث بسبب
- الدخان أو الغبار أو تلوث الهواء
- الحساسية للحيوانات الأليفة وحبوب اللقاح والعفن والعشب وعتث الغبار والصراصير
- الروائح القوية، مثل أبخرة الطلاء ومنتجات التنظيف والعطور
- التغيرات في درجة الحرارة، وخاصة التعرض للهواء البارد
- ممارسة التمارين الرياضية أو الانفعالات القوية
- التهابات الجهاز التنفسي، مثل نزلات البرد

ما هو دور المعلم؟

- إذا اشتبه المعلمون في إصابة أحد الطلاب بالربو، فيمكنهم حث الآباء على الاتصال بمقدم الرعاية الصحية لأطفالهم. بالنسبة لكل طفل لديه تاريخ في الإصابة بالربو، يمكن للمدرسين ومقدمي الرعاية:
- الحصول على خطة التعامل مع الربو لدى الطفل والتي أعدها والدا الطفل ومقدم الرعاية الصحية الخاص بهم.
- مساعدة الطفل على تجنب محفزات المرض المعروفة
- الاستجابة بهدوء للنوبات الخفيفة واستخدام المعدات أو الأدوية اللازمة بسرعة
- التأكد من أن الطفل يستخدم جهاز الاستنشاق أو بخاخات الإنقاذ عندما تظهر عليه العلامات التحذيرية للربو

كيف يعرف المعلم ما إذا كان الطفل بحاجة إلى مساعدة طارئة؟

- اتصل برقم الطوارئ 911 والوالد/الوصي إذا كان الطفل
- تظهر عليه علامات توضح أنه يكافح من أجل التنفس، مثل احتقان الأنف أو وجود سحب في جلد في الرقبة أو القفص الصدري عند التنفس
- لا يستطيع المشي أو الكلام بسهولة
- لديه شفاه أو أظافر زرقاء أو رمادية

تم صياغة ورقة النصائح هذه بالتعاون مع مركز أبحاث الحساسية الغذائية والربو (CFAAR) في جامعة نورث وسترن: cfaar.northwestern.edu

English Title: Asthma: Easing the Wheezing



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
Email: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education