

Pulmonary Edema

الإحتباس
الرئوي



Patient
Education Leaflets



961 7 723 111



HHUMC.ORG.LB



HHUMCLB



Pulmonary Edema

You need to know that:

Pulmonary edema is the buildup of fluid in the lungs. It usually occurs when the heart is not able to pump efficiently, blood can back up into the blood vessels that take blood through the lungs. Pulmonary edema can also be caused by another disease, such as liver or kidney failure. It can also happen at high altitudes, from a poisoning, or as a result of a non-fatal drowning.

If you have fluid in your lungs, you may have **trouble breathing, be restless, have a fast heart rate, or cough up foamy pink fluid. Breathing problems may be worse when you lie down.**

Please follow the instructions below:

- Take your medicines exactly as prescribed.
- Review all of your regular medicines with your doctor.
- Eat a balanced diet. Consult a dietitian about what type of diet might be best for you (Especially with regard to salt consumption).
- Stay out of air pollution; smog; cold, dry air; hot, humid air; and high altitudes.
- Learn breathing methods that help the airflow in and out of your lungs.
- Take rest breaks often. Schedule short rest breaks when doing housework and other activities.
- Start light exercise if your doctor says it is okay. Try to stay as active as possible. Walking is a good way to start.
- Get enough rest at night. Sleeping with 1 or 2 pillows under your upper body and head may help you breathe easier at night.

Please avoid the following:

- Take any natural health products without talking to your doctor first.
- Smoke or use other tobacco products. Smoking can make your condition worse.
- Excessive alcohol consumption.

Contact your doctor if:

- You have trouble breathing or have wheezing that is getting worse.
- You are coughing more deeply or more often, or you cough up blood.
- You passed out (lost consciousness).
- You have symptoms of a heart attack. These may include:
 - Chest pain or pressure, or a strange feeling in the chest, Shortness of breath.
 - Sweating, Nausea or vomiting.
 - Pain, pressure, or a strange feeling in the back, neck, jaw, or upper belly or in one or both shoulders or arms.
 - Light-headedness or sudden weakness.
 - A fast or irregular heartbeat. Pain that spreads from the chest to the neck, jaw, or one or both shoulders or arms.
- You get a fever.
- You have more swelling in your legs or belly.

الاحتباس الرئوي

يجب أن تعلم أن:

الاحتباس الرئوي هو تراكم السوائل في الرئتين. يحدث عادة عندما يكون القلب غير قادر على ضخ الدم بشكل كفاء، مما يؤدي إلى عودة الدم إلى الأوعية الدموية التي تحمل الدم عبر الرئتين. يمكن أن يحدث الاحتباس الرئوي أيضاً بسبب مرض آخر مثل فشل الكبد أو الكلى. كما يمكن أن يحدث في المرتفعات العالية، أو بسبب التسمم، أو نتيجة غرق غير مميت.

إذا كان لديك سوائل في رئتيك، قد تواجه صعوبة في التنفس، تشعر بالقلق، أو يكون لديك معدل ضربات قلب سريع، أو قد تسعل سوائل رغوية وردية اللون. قد تزداد مشاكل التنفس عندما تستلقي.

يرجى اتباع التعليمات التالية :

- تناول أدويةك تمامًا كما وصفها لك الطبيب .
- راجع جميع أدويةك المعتادة مع طبيبك .
- تناول نظامًا غذائيًا متوازنًا. استشر اختصاصية تغذية حول نوع النظام الغذائي الأنسب لك (خصوصًا بالنسبة لاستهلاك الملح) .
- ابتعد عن التلوث الهوائي؛ الدخان؛ الهواء البارد والجاف؛ الهواء الحار والرطب؛ والارتفاعات العالية .
- تعلم تقنيات التنفس التي تساعد في تدفق الهواء داخل وخارج رئتيك .
- خذ فترات راحة منتظمة. خصص فترات راحة قصيرة أثناء القيام بالأعمال المنزلية أو الأنشطة الأخرى .
- ابدأ بممارسة التمارين الخفيفة إذا سمح لك طبيبك بذلك. حاول أن تظل نشيطًا قدر الإمكان. المشي هو طريقة جيدة للبدء.
- احصل على قسط كافٍ من الراحة ليلاً. قد يساعد النوم مع وضع وسادة أو اثنتين تحت جسمك العلوي ورأسك في تسهيل التنفس أثناء الليل .

تجنب ما يلي :

- تناول أي منتجات صحية طبيعية دون استشارة طبيبك أولاً .
- التدخين أو استخدام منتجات التبغ الأخرى. يمكن أن يؤدي التدخين إلى تفاقم حالتك .
- الاستهلاك المفرط للكحول.

اتصل بطبيبك إذا :

- كنت تواجه صعوبة في التنفس أو كنت تعاني من صفير يزداد سوءًا.
- كنت تسعل بشكل أعمق أو أكثر تكرارًا، أو كنت تسعل دمًا.
- فقدت الوعي (أغمى عليك).
- كنت تعاني من أعراض نوبة قلبية. قد تشمل هذه الأعراض:
 - ألم أو ضغط في الصدر، أو شعور غريب في الصدر. ضيق في التنفس.
 - التعرق. الغثيان أو القيء.
 - ألم، ضغط، أو شعور غريب في الظهر أو الرقبة أو الفك أو الجزء العلوي من البطن أو في أحد أو كلا الكتفين أو الذراعين.
 - دوار أو ضعف مفاجئ.
 - ضربات قلب سريعة أو غير منتظمة. ألم يمتد من الصدر إلى الرقبة أو الفك أو أحد الكتفين أو الذراعين .
- إذا كنت تعاني من حمى
- إذا زادت التورمات في ساقيك أو بطنك .