

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a group of lung diseases that block the flow of air as you breathe out or exhale. Some of the most common diseases include:

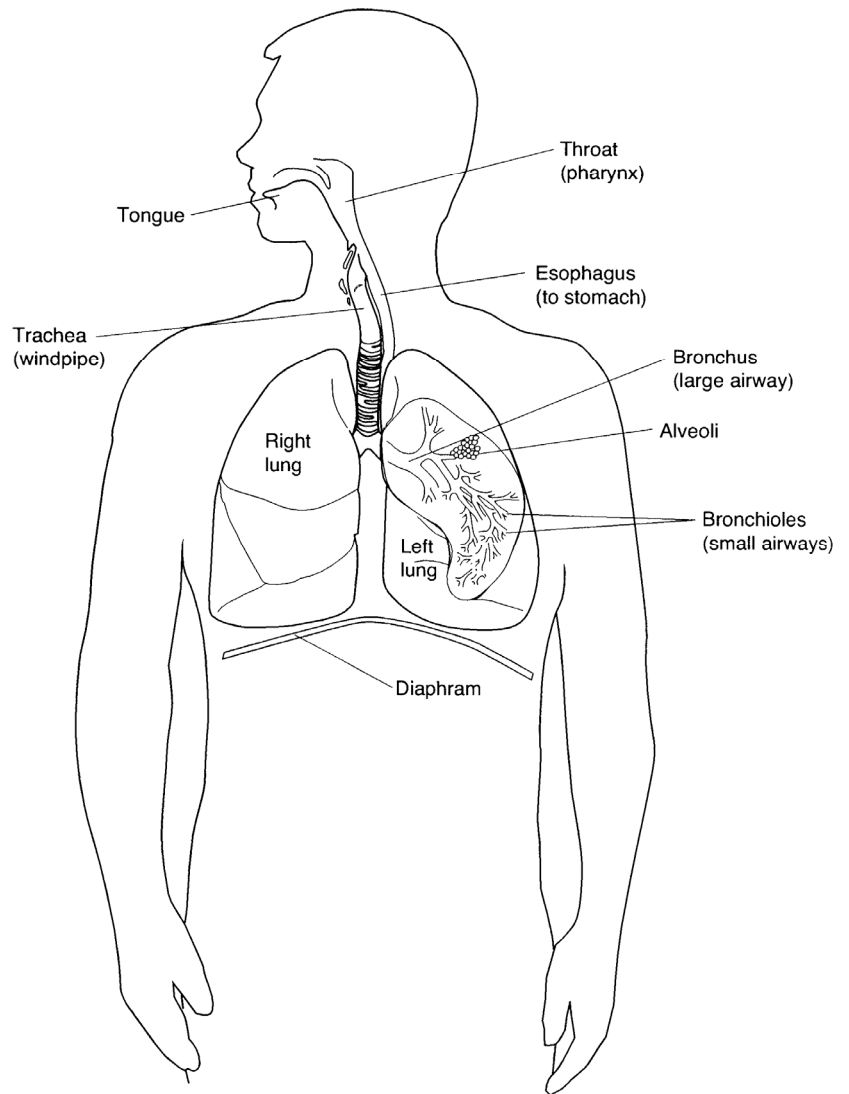
- Emphysema
- Chronic bronchitis
- Asthma

Air needs to move in and out of your lungs to meet your body's needs. When the flow of air out of the lungs is blocked, stale air becomes trapped in the lungs. This makes it harder for the lungs to get enough oxygen to the rest of the body.

Causes

The leading causes of COPD are:

- Smoking
- Working in a polluted environment
- Second hand smoke



क्रॉनिक ऑबस्ट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज़ (सीओपीडी) (दीर्घकालिक फुफ्फुसीय अवरोधक रोग)

सीओपीडी फेफड़े के ऐसे रोगों का एक समूह है जो सांस लेने या छोड़ने में हवा के प्रवाह को बाधित करते हैं। कुछ सबसे सामान्य बीमारियों में निम्न शामिल हैं :

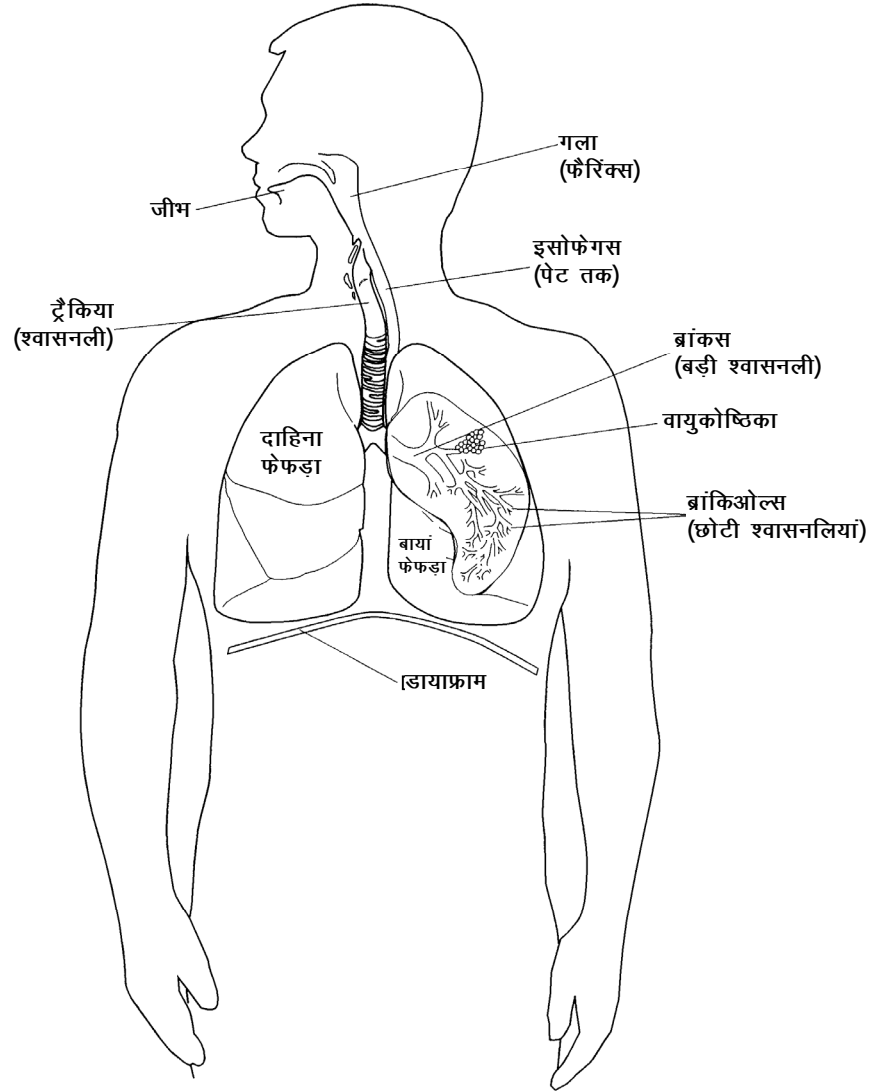
- वातस्फीति
- दीर्घकालिक ब्रांकाइटिस
- दमा

आपकी शरीर की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए हवा का आपके फेफड़ों के अंदर और बाहर आना-जाना जरूरी है। जब फेफड़ों से बाहर हवा का प्रवाह रुकता है तो बासी हवा फेफड़ों में बंद हो जाती है। इससे फेफड़ों के लिए शेष शरीर को पर्याप्त ऑक्सीजन पहुँचाना कहीं कठिन हो जाता है।

कारण

सीओपीडी के प्रमुख कारण हैं :

- धूम्रपान
- प्रदूषित वातावरण में काम करना
- परोक्ष धूम्रपान



Signs

The signs of COPD are:

- Coughing
- Wheezing
- Feeling short of breath

These signs can be serious enough to affect your daily activities.

Your Care

Your doctor will do a medical exam and order tests such as:

- Chest x-ray
- CT scan
- Blood test
- Pulmonary function test

The damage to your lungs from COPD cannot be reversed and there is no cure. With the help of your health care team, you can manage the disease to slow its progress. To manage your COPD:

- Stay active.
- Quit smoking.
- Maintain a healthy weight.
- Eat a balanced diet.
- Drink a lot of fluids.
- Control stress.
- Take your medicines such as inhalers, steroids and antibiotics as ordered.
- Do home oxygen therapy if ordered.
- Attend a pulmonary rehab program to learn about COPD and exercise to improve your health.

Talk to your health care team about your questions and concerns.

2/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

लक्षण

सीओपीडी के लक्षण हैं :

- खांसना
- गले में घरघराहट
- सांस फूलना

ये लक्षण आपकी दैनिक गतिविधियों को प्रभावित कर दें इतने गंभीर हो सकते हैं।

आपकी देखभाल

आपका डॉक्टर एक चिकित्सकीय जांच करेगा और निम्न परीक्षण कराने को कहेगा :

- छाती का एक्सरे
- सीटी स्कैन
- रक्त परीक्षण
- फेफड़े का क्रिया परीक्षण

सीओपीडी से आपके फेफड़ों को हुए नुकसान को ठीक नहीं किया जा सकता और इसका कोई इलाज नहीं है। अपने स्वास्थ्यचर्या टीम की मदद से, आप रोग की प्रगति को धीमा करने के लिए प्रबंधन कर सकते हैं। अपने सीओपीडी का प्रबंधन करने के लिए :

- सक्रिय रहें।
- धूम्रपान छोड़ दें।
- वजन को स्वस्थ सीमा पर बनाए रखें।
- संतुलित आहार लें।
- ढेर सारे तरल पदार्थ पिएं।
- तनाव पर नियंत्रण रखें।
- डॉक्टर के निर्देशानुसार अपनी औषधियाँ जैसे इनहेलर, स्टीरॉयड्स तथा एंटीबायोटिक लें।
- यदि डॉक्टर ने निर्देश दिया हो, तो घर पर ऑक्सीजन थिरेपी लें।
- सीओपीडी के बारे में जानने के लिए फेफड़ों के पुनर्वास कार्यक्रम में भाग लें और अपना स्वास्थ्य सुधारने के लिए व्यायाम करें।

अपने सवालों और चिंताओं के बारे में अपनी स्वास्थ्यचर्या टीम से बात करें।

2/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Hindi.