**آسم و بیماریهای تنفسی مزمن**

با توجه به گذر اپیدمیولوژیک که در کشورهای در حال توسعه رخ داده است بیماریهای مزمن و عوامل خطر مرتبط با آنها از جمله مشکلات عمده بهداشتی این کشورها شده است در حال حاضر 7 مورد از 10 مورد بیماریهای تهدید کننده حیات در جهان ، بیماریهای غیرواگیر هستند که بیماریهای مزمن تنفسی نیز در این دسته قرار می گیرند. بیماریهای مزمن تنفسی ، شامل بیمارهای مزمن راه های هوایی و سایر ساختارهای ریه است. برخی از شایع ترین این بیماریها ، آسم ، بیماری انسدادی مزمن ریوی، آلرژی های تنفسی، بیماریهای ریوی مربوط به شغل و فشارخون ریوی است. مصرف دخانیات ، آلودگی هوای داخل خانه، آلودگی هوای بیرون از خانه، مواد آلرژی زا، خطرات و آسیب های شغلی از مهم ترین عوامل خطر بیمارهای مزمن تنفسی هستند. صدها میلیون نفر از جمعیت جهان از بیماریهای مزمن تنفسی رنج می برند. مطابق آمار سازمان بهداشت جهانی ، هم اکنون 235 میلیون نفر به آسم مبتلا هستند و 210 میلیون نفر بیماری انسدادی مزمن ریوی دارند، میلیون ها نفر به رینیت آلرژیک مبتلا هستند و درتعداد زیادی نیز سایر بیماریهای کمتر شناخته شده تنفسی مشاهده می شود. پیش بینی می شود تا سال 2030 میلادی COPD به سومین عامل مرگ ومیر جهان بعد از بیماریهای قلبی عروقی و سرطان ها تبدیل گردد. در کل COPD و اسم 4/2 درصد کل ناتوانی و مرگ زودرس ناشی از بیماری ها را در جمعیت ایران تشکیل می دهند.

آسم ، شایع ترین بیماری مزمن در کودکان است. در عین حال بیشتر مرگ ومیر ناشی از آسم و 90% مرگ ومیر ناشی از COPD در کشورهای با در آمد پایین و متوسط روی می دهد. علاوه بر هزینه های غیر مستقیم بیماریهای مزمن تنفسی مانند غیبت از حضور فعالانه در محیط کار و تحصیل و کاهش فعالیتهای اجتماعی و ...، هزینه های مستقیم یا به عبارت دیگر هزینه های بستری و دارو نیز از اهمیت فوق العاده برخوردار هستند. تحقیقات نشان می دهد علاوه بر استعداد ژنتیکی، تغییرات ایجاد شده در محیط زندگی فرد شامل آلودگی های زیست محیطی، تنوع بیماریهای عفونی به واسطه حضور در مهدکودک ها، تغییر عادات رژیم غذایی، سیستم های تهویه بسته محیط مسکونی و از همه مهم تر دود سیگار و سایر دخانیات در افزایش شیوع بیماری آسم مؤثر بوده اند. روند رو به رشد زندگی شهرنشینی و تغییر سبک زندگی مردم، روند تخریب جنگل ها و کاهش سرانه جنگل،توسعه روز افزون آلاینده های زیست - محیطی،تشدید آلودگی هوا،روند رو به رشد مصرف دخانیات و کاهش سن شروع مصرف آن،تغییر باورهای فرهنگی جامعه و گرایش به مصرف قلیان ورواج استفاده از دخانیات در بین زنان از جمله عوامل تشدید کننده شیوع بیماری آسم و سایر بیماریهای تنفسی مزمن در کشور ما می باشد.

 تشخیص و درمان دیر هنگام، غلط بودن یا ناقص ماندن درمان و عدم دسترسی به دارو، فقر فرهنگی و اقتصادی ، اختلالات روانی و اجتماعی، نوع رژیم غذایی، چاقی، استرس و هیجانات فردی ناشی از زندگی شهرنشینی نیز از عوامل مؤثرند.

بیماری انسدادی مزمن ریه یا COPD مرتبط ترین بیماری ریوی با سیگار است. متاسفانه نه تنها خود افراد سیگاری بلکه بطور غیرمستقیم اطرافیان افراد سیگاری نیز به همان میزان افراد سیگاری در خطر ابتلا به COPD هستند. از سوی دیگر مصرف سوختهای بیولوژیک و جامد مانند فضولات حیوانی و یا چوب و زغال سنگ یکی از مهم ترین عوامل خطر پیدایش COPD هستند و متاسفانه در جامعه روستایی ایران ، این نوع سوخت هم بیش از سایر سوختها ، در دسترس مردم بوده و هم ارزان تر از سایر سوختها می باشد. از طرفی زندگی شهرنشینی با کاهش فعالیتهای فیزیکی ، هوای آلوده و استرس و رژیم غذایی نامناسب، روز به روز شهروندان را به سمت بیماریهای مزمن و از جمله COPD سوق می دهد. این عوامل خطر دست به دست به دست هم داده و درصورت عدم کنترل به موقع و مفید این معضلات از سوی سیستم بهداشتی و مردم ، شاهد فاجعه ای خاموش خواهیم بود که به راحتی قابل پیشگیری بوده است.

پیش بینی می شود در صورت عدم انجام مداخلات لازم برای کاهش عوامل خطر برای کاهش عوامل خطر COPD به ویژه، مواجهه با دود دخانیات – مرگ میر ناشی از این بیماری در طول ده سال آینده ، بیش از 30% افزایش یابد