گزارش خبر
NEWSREPORT
کد خبر: ۴۵۲۸۰۳
چهارشنبه ۳۰ تیر ۱۴۰۰ ۸:۱۸

علائمی که افت اکسیژن خونتان را هشدار می دهد

اگر اکسیژن خون به ویژه در شریان‌ها پایین‌تر از حد معمول باشد. در این زمان خون اکسیژن کافی برای بافت‌های بدن شما را تامین نمی‌کند.

به گزارش خبرنگاران علم و فناوری گزارش خبر، عارضه کمبود اکسیژن خون می‌تواند در نتیجه مصرف داروهای خاص و یا داشتن حمله آسم رخ دهد. اگرچه علائم هیپوکسی از فردی به فرد دیگر متفاوت است، با این حال ۵ علامت شایع آن از این قرارند:

تغییر رنگ پوست:

مقادیر ناکافی گلبول‌های قرمز خون که وظیفه حمل اکسیژن به بافت‌های بدن را بر عهده دارند، می‌تواند منجر به تغییر رنگ پوست شود. پوست افرادی که دچار کمبود اکسیژن در خون شده اند معمولا به کبودی گرایش دارد. در مورد افراد تیره رنگ، تغییر رنگ پوست در لب ها، لثه‌ها و اطراف چشم‌ها و ناخن‌ها بیشتر دیده می‌شود.

سردرگمی:

سردرگمی به شرایطی اطلاق می‌شود که فرد توان تفکر روشن یا سریع را ندارد و قادر به تصمیم گیری و به یادآوردن چیزها نیست. اگر خود یا شخص دیگری دچار این حالت شدید، بدانید که ممکن است دچار هیپوکسی شده باشید.

سرفه:

یکی از شایع‌ترین علل هیپوکسی حملات شدید در مبتلایان به آسم است که طی آن به سختی می‌توان هوا را در ریه‌ها افزایش داد. در این شرایط سرفه رخ می‌دهد. ریه‌ها در طی سرفه اکسیژن بیشتری مصرف می‌کنند و این شرایط می‌تواند با بدتر شدن علائم آسم، خطرناک باشد.

ضربان قلب و تنفس سریع:

در طول فعالیت بدنی، افزایش ضربان قلب اتفاقی طبیعی است، اما در حالت استراحت می‌تواند شرایطی مانند هیپوکسی را یادآور شود. زمانی که بدن به اندازه کافی اکسیژن دریافت نمی‌کند، قلب شروع به پمپاژ سریع برای کمک به گردش خون و رساندن اکسیژن به سراسر بدن می‌کند. در این هنگام تنفس سریع‌تر می‌شود. تعداد تنفس در شرایط عادی ۱۲ تا تا ۱۶ بار در دقیقه است، اما در حالت هیپوکسی به ۲۴ بار یا بیشتر می‌رسد.

ضعف تنفس:

یکی از واضح‌ترین علائم هیپوکسی ضعف تنس است و البته بی ارتباط با افزایش ضربان قلب نیست. ضعف تنفس در حالت استراحت رخ می‌دهد و می‌تواند آنقدر شدید باشد که شما احساس خفگی کنید. ضعف تنفس در حین فعالیت‌های خانگی یا در هنگام خواب نیز ممکن است رخ دهد و شما را از خواب بیدار کند. در برخی موارد تنگی نفس همراه با خس خس نیز مشاهده می‌شود.هیپوکسی در صورت شدید بودن می‌تواند زندگی فرد رابه مخاطره بیاندازد. با پیشرفت سریع هیپوکسی، تغییراتی در سیستم عصبی مرکزی ایجاد می‌شود. اکسیژن درمانی کوتاه مدت می‌تواند برای گروه کوچکی از بیماران مبتلا به بیماری مزمن انسداد ریوی مفید باشد.