

## الرتنان

الرتنان هام عضوان يوجدان في الصدر على جانبي القلب و محميتان بواسطة الأضلاع . الرئة اليمنى تميل لأن تكون أكبر من اليسرى . كلاهما مغطاة بطبقة رقيقة أو غشاء يسمى غشاء الرئة، والأضلاع بغشاء آخر. الغشاءان ينزلقان الواحد فوق الآخر عندما نتنفس و الذي يسمح للرتنين أن تتمددا و تنقبضا.

في داخلهما ، الرتنان لهما مظهر الإسفنجية و مكوّنتان من كتلة من الأنابيب الرقيقة ، الأصغر منها يعمل كحجاب هواء تسمى الأسناخ و التي جدرانها مغطاة بأوعية دموية صغيرة للغاية .

## الرتنان و التنفس

دور الرتنين هو استنشاق الأوكسجين من الهواء و تحويله إلى الدم ليقوم بتدويره في الجسم . كلما تستنشق ، ينتقل الهواء من الأنف أو الحنجرة إلى أسفل ، إلى المتسع و إلى أنبوبين صغيرين مسميان بالشعبيات الرئوية. واحد منهما يذهب إلى الرئة اليسرى و الآخر لليمنى . الهواء يتوزع بواسطة قنوات أصغر تسمى أطراف الشعبيات الهوائية حتى تصل للأسناخ . داخل الأسناخ الأوكسجين ينتقل للأوعية الدموية التي تكون الجدران و هناك يحتجز بكرات الدم الحمراء ليصبح جاهزا لينقل لجميع أنحاء الجسم. في نفس الوقت ، النفايات التي تأخذ شكل دي أوكسيد الكربون تنتقل في الاتجاه المعاكس منتقلة من الدم إلى الأسناخ و مارة عبر الرتنين لتخرج مع الزفير.

## المرض الرئوي

أعراض كالحة أو التنفس بصعوبة أو السعال الدموي أو رشح المخاط والإحساس بألم في الرتنين هي علامات لوجود مشكلة ما في الرتنين.

مثل الجميع ، الأشخاص الذين يعانون من VIH (نقص المناعة المكتسبة) يمكن أن يصابوا بالبرد أو الزكام و الذان يؤثران على الصدر و يسببان أعراض كالحة و ينتجان المخاط . هذه الأعراض في العادة تهدأ بمجرد مرور بعض الأيام و لا تسبب أذى مستمر. بالرغم من ذلك ، بعض المشاكل الرئوية و التي تلاحظ بصورة متكررة بين الأشخاص المريضة VIH (نقص المناعة المكتسبة) يمكن أن تكون خطيرة للغاية.

بالرغم من أن الجميع يمكن أن يصاب بالالتهاب الرئوي البكتيري أو التهاب البلورا ( هو التهاب الغشاء الذي يحيط بالرتنين) و الالتهاب الشعبي، هذه الأمراض يمكن أن تكون أكثر خطورة بالنسبة للأشخاص المريضة ب VIH (نقص المناعة المكتسبة) و أن تتكرر بصورة دورية ، بصفة خاصة لو أن عندك اكتئاب مستعصي.

الالتهاب الرئوي بسبب *Pneumocistis Carinii* (PCP) هو مرض تحديدي لمرض VIH (نقص المناعة المكتسبة) و الذي يؤثر على الرتنين و عادة يوجد في الأشخاص حيث تعداد CD4 فيها أدنى من 200. هو نادر في الدول التي بها عناية صحية حديثة. بالرغم من ذلك ، في السنوات الأخيرة ملامح مريض السل قد تغيرت بصورة جذرية. حاليا يقدر بأن نصف الأشخاص المصابين بالعدوى في إسبانيا هم من المهاجرين و بين الأشخاص المصابين بمرض VIH (نقص المناعة المكتسبة) يلاحظ أيضا زيادة الالتهاب الرئوي و الذي أيضا يمكن أن يقاسي في أي لحظة خلال العدوى بمرض VIH (نقص المناعة المكتسبة). على المستوى العالمي هو واحد من الأسباب الرئيسية للمرض والوفاة بين الأشخاص المصابين ب VIH (نقص المناعة المكتسبة). السرطانات التحديدية لمرض الإيدز (نقص المناعة المكتسبة) كسركوم Kaposi و الليمفاوي الل Hodgkin يمكن أن يؤثر أيضا على الرتنين.

كمثل الجراثيم أو المسببات المرضية المحددة ، التدخين هو سبب عام للمشاكل المتصلة بالرئة.



## التجارب

لو أنّ عندك أي نوع من المشاكل التنفسية ، فإن طبيبك سيفحص صدرك بالسماعة ليقدر لو أنّ رئتيك تعملان بصورة صحيحة. التجارب الاعتيادية الأخرى هي لرؤية ما إذا كان هناك عدوى أو خروج عن القاعدة وتشمل التصوير الإشعاعي بأشعة X للصدر و أحيانا تجربة البصاق المستحث و التي فيها يستنشق بخار الماء المالح لكي "يستحث" المريض لسعال البصاق من الرئتين . أيضا يمكن عمل فحص مجهري للشعاب الرئوية و الذي يكمن في أخذ عيّات صغيرة من نسيج الرئة لفحصها. يمكن استخراج جزء صغير بالتبادل من البلورا عبر جدار الصدر ، بمعنى أصح هو فحص لنسيج مستخرج من بلورا المريض. وأيضاً يمكن استخدام تجارب ذات وظيفة رئوية و التي تقيس القدرة على نقل الأوكسجين و مدى اتّساع الرئتين . لملاحظة العدوى أو السرطانات يمكن استخدام التصوير الكلي للجسم.

## العلاجات

المضادات الحيوية يمكن أن تستخدم للمعالجة و للوقاية من العدوى الرئوية البكتيرية كالالتهاب الرئوي و أيضا يمكن أن تكون مفيدة ضد PCP و السل (TB) المعالجين . لو أنّ طبيبك يعتقد أنّ هناك خطر لتطوير هذه العدوى ، يمكن أن يعطيك مضادات حيوية بصورة وقائية . هناك طريقة أخرى للتعاب بهذه الأمراض و هي تعاطي العلاجات ضد VIH (نقص المناعة المكتسبة).

العلاج الكيميائي و الجراحة يستخدمان لعلاج سرطان الرئة.

## الحفاظ على الرئتين سليمتان

التدخين مسئول عن كثير من أمراض الرئة، وعلى هذا فعدم التدخين أو الإقلاع عنه سيحسنان صحّة رئتيك. أيضا عمل رياضة بصورة منظمة حتى البقاء غير قادرين على التنفس يحسّن فاعلية الرئتين. من المهم التأكد من عمل فحوصات دورية في مركز مرض VIH (نقص المناعة المكتسبة) الخاص بك و الذي سيعني أنّك مسيطر/ مسيطرة و ستستقبل العلاج لأي مشكلة رئوية على اتّصال ب VIH (نقص المناعة المكتسبة). فضلا عن ذلك، هناك برنامج للتخسيس غني بالفواكه الجافة والخضروات و الذي سيساعد على تحسين حالتك الصحية العامة.