

مسئولیت متن و شکل بدوش نویسنده مضمون میباشد، عقیده نویسنده لزوماً نظر افغان جرمن آنلاين نمی باشد



۲۰۲۵/۱۲/۰۴

ډاکټر ش میره کی

د انسان نورمال تنفس

تندنفسی یا **Tachypnea** هغه حالت ته ویل کېږي چې د ساه اخیستلو شمېر له ۳۵ څلور په یوه دقیقه کې زیات وي. په یو سالم انسان کې د ساه اخیستلو عادي شمېر شاوخوا ۱۲ ځله په یوه دقیقه کې وي. (په حقیقت کې د بالغو کسانو لپاره د ساه اخیستلو نورمال شمېر ۱۲ تر ۲۰ څلور په یوه دقیقه کې وي، او که له دې څخه زیات شي، دا حالت د **Tachypnea** پر لور روان وي).

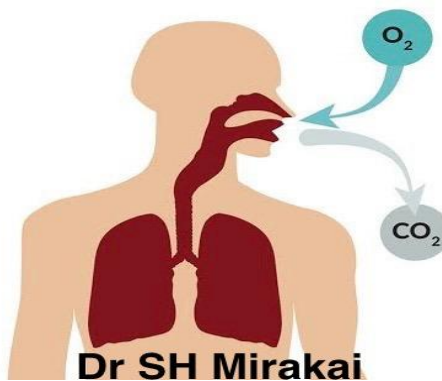
د **Tachypnea** او **Hyperpnea** ترمنځ توپیر دا دی چې په **Tachypnea** کې ساه اخیستل چټک او سطحي وي، خو په **Hyperpnea** کې ساه اخیستل چټک او ژور وي. او د دوی توپیر له **Hyperventilation** سره دا دی چې په **Hyperventilation** کې د ویني **CO₂ (Carbon dioxide)** اندازه راکمېږي.

هغه ټولیز عمل چې له دوو برخو جوړ وي — یعنی د هوا ننوتل د تنفسی دستگاه (دم) او بیا د هغې وتل (بازدم) — او موخه یې دا وي چې اکسیجن (**O₂**) وینې ته ورسوي او **Carbon dioxide (CO₂)** له وینې وباسي، د ساه اخیستلو عمل (تنفس) بلل کېږي.

په سالم انسان کې د ساه اخیستلو شمېر په هره دقیقه کې ۱۲ ځله وي، چې دې ته د ساه اخیستلو نورمال نظم (**Normal respiratory rhythm**) ویل کېږي.

که د ساه شمېر زیات شي، دا حالت تندنفسی (**Tachypnea**) او که کم شي، دا ورو ساه اخیستل (**Bradypnea**) بلل کېږي، او دواړه د ناروغۍ نښه ده.

د آرام تنفس (ساه/په یوه دقیقه) کې	د عمر ډله
30-60	نوی زیریدلی (۰-۱ میاشت)
25-50	۱-۱۲ میاشتي
20-30	۱-۵ کلونه
18-25	۶-۱۲ کلونه
12-20	۱۲ کلونه او پورته (لویان)



Dr SH Mirakai

د پاڼو شمېره: له 1 تر 1

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلیکني د لیکنيزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده، هيله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په خیر و لولئ