

پنومونی (عفونت ریه):

پنومونی به معنای التهاب بافت ریه است که اغلب ناشی از عفونت ایجاد میشود و نیاز به درمان بالنتی بیوتیک دارد. علاوه بر عفونت ها ممکن است در اثر استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی حاصل از مواد شوینده و یا مواد حساسیت زا ، این بیماری ایجاد شود. اگر حال عمومی شما خوب باشد احتمالاً به طور کامل بهبود خواهید یافت. اما بعضی وقت ها این بیماری حیات افراد را نیز تهدید میکند و عفونت ناشی از آن ، زندگی افراد را به مخاطره می اندازد. عفونت ریه بیماری شایعی است که این بیماری به خصوص در افراد مسن و کودکان کم سن خطرناک است.

علائم عفونت ریه:

علائم عفونت ریه به صورت ناگهانی شروع می شود که به صورت تب - لرز- درد قفسه سینه و سرفه بروز می کند. سرفه در ابتدا ممکن است خشک باشد اما يك تا دو روز بعد سرفه همراه با خلط می شود. خلط معمولاً زرد رنگ است و ممکن است رگه های خونی داشته باشد یا نارنجی رنگ باشد.

تتفس شما ممکن است سریع و سطحی شود و یاباه اصطلاح شما به نفس نفس زدن بیافتید. سرفه های مکرر منجر به ایجاد درد در قفسه ی سینه میشود. اگر مبتلا به سرماخوردگی شده باشید و مدت بیماری شما طولانی تر از حد معمول باشد ممکن است دچار عفونت ریوی شده باشید.

چه کسی بیشتر در معرض ابتلا به عفونت ریوی هستند؟

- ❖ کودکان خصوصاً آن هایی که بیماری مزمن و طولانی مدت دارند.
- ❖ افراد مبتلا به بیماری های قلبی. ریوی ، کبدی ، کلیوی ، اسم ، دیابت
- ❖ افرادی که سیگار می کشند.
- ❖ افرادی که سیستم ایمنی ضعیف دارند مانند افراد مبتلا به ایدز.
- ❖ افرادی پیر و ضعیف.
- ❖ افرادی که طحال آن ها به علتی با جراحی برداشته شده است.

چگونه می توان از ابتلا به عفونت ریوی پیشگیری کرد؟

سیگار کشیدن بافت ریه را تخریب می کند. و ریه را نسبت به عفونت ها آسیب پذیر می کند.

اگر بالای ۶۵ سال دارید سیستم ایمنی شما ضعیف شده است یا به بیماری مزمن قلبی - ریوی - کلیوی - کبدی- اسم و یا دیابت دچار هستید. باید واکسن پنوموکوک را دریافت کنید.

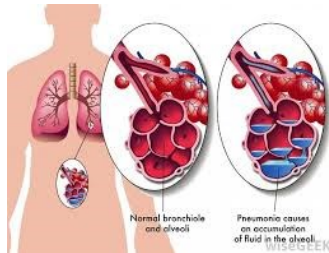
همچنین باید به خوبی از خود مراقبت کنید. و برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی و ویروسی خصوصاً اگر آنفولانزا همه گیر شده است واکسن آنفولانزا بزنید.

اگر به هر علتی با جراحی طحال شما برداشته شده است ، دریافت واکسن پنومونیک بسیار اهمیت دارد و باید در این مورد از پزشک خود اطلاعات لازم را بخواهید.

شماره سند: 96/EG/119 شماره بازنگری: ۵ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۰/۰۱	عنوان سند: پمفلت آموزشی ویژه بیماران	 دفتر بهبود کیفیت و آموزش بیمارستان ۲۲ بهمن
---------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

عفونت ریه

Pneumonia



کلینیک آموزش سلامت

بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۰۹- داخلی ۳۲۵۹۵۵۱۶

۴) مایعات فراوان بنوشید، زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات و خروج خلط میشود.

۵) آنتی بیوتیک ها باید سر ساعت مشخص توسط بیمار استفاده شود. البته آنتی بیوتیک ها برای درمان پنومونی باکتریال استفاده میشود و برای پنومونی که عامل ایجاد کننده ی آن ویروس هست ، استفاده نمیشود.

۶) از خوابیدن طولانی در یک وضعیت خودداری کنید و در هوای الوده از منزل خارج نشوید.

۷) پس از فروکش کردن تب، به تدریج باید بیمار فعالیت خود را شروع کند و تمرینات تنفسی برای پاک کردن ریه را انجام دهد که میتواند توسط فیزیوتراپ انجام شود.

۸) تشویق بیمار به قطع مصرف دخانیات و قطع مصرف الکل و همچنین تشویق بیمار به تخلیه ی خلط خود و از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.

منبع: medlineplus

در صورت ابتلا به سرماخوردگی و سایر عفونت های تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا انتقال عوامل بیماری زا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود از جمله میتوان به شستن مکرر دست ها با اب و صابون اشاره کرد.

نکات مراقبتي در بیمار مبتلا به پنومونی:

۱) بیمار باید استراحت کافی و تغذیه ی کافی (رژیم مخصوص زیر نظر پزشک معالج) داشته باشد.

۲) رژیم غذایی باید طوری باشد که هنگام بلع موجب تحریک سرفه نشود (پرهیز از غذاهای چرب و سرخ شده و پرادویه) و تا حد امکان تا بهبودی ، از غذاهای شیرین و نشاسته ای استفاده نشود.

۳) رقیق شدن غذاها باید به گونه ای باشد که به راحتی توسط دستگاه گوارش بیمار قابل هضم باشد. از میوه هایی که حاوی ویتامین C مثل پرتقال اناناس سیب و سبزیجات تازه میتوان استفاده کرد.