

چه افرادی در معرض ابتلا به پنومونی قرار دارند

- کودکان و سالمندان خصوصا آن هایی که بیماری زمینه ای دارند.

- افراد مبتلا به بیماری های مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی ، آسم و دیابت

- افراد سیگاری یا الکلی

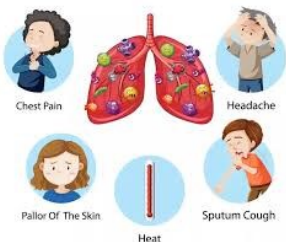
- افرادی که سیستم ایمنی ضعیف دارند مانند افراد مبتلا به ایدز

- افرادی که طحال آن ها از طریق جراحی برداشته شده است.

رعایت نکات زیر در افراد مبتلا به پنومونی مهم است

-- دوره ی درمان را کامل کنید و آنتی بیوتیک تجویز شده را با معده ی خالی و در ساعت مقرر مصرف کنید و در صورت تحریک معده دارو را همراه غذا یا شیر میل کنید. در صورت فراموش کردن یک دوز دارو در عرض ۸ ساعت می توانید دارو را مصرف کنید در غیر اینصورت دوز بعدی را در ساعت مقرر مصرف نمایید و دوز را دو برابر نکنید.

- از یک دستگاه مرطوب کننده با بخار سرد برای مرطوب کردن هوا استفاده کنید. ریخت دارو درون دستگاه مرطوب کننده جهت بخور احتمالا موثر نخواهد بود. دستگاه مرطوب کننده را هر روز تمیز کنید.



تشخیص

رادیو گرافی و معاینات پزشکی

علائم

تب و لرز- کم اشتهاهی- سردرد

- درد قفسه ی سینه(تنفس عمیق یا سرفه منجر به درد عمیق در قفسه ی سینه می شود)

-سرفه که در ابتدا خشک است اما یک تا دو روز بعد سرفه خلط دار می شود.خلط معمولا زرد رنگ است و ممکن است رگه های خونی داشته باشد.

-تنگی نفس -تنفس سریع و سطحی

عوامل ایجاد کننده

۱- ویروس ها، باکتری ها، قارچ ها و انگل ها. در بیشتر موارد نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریای ریه است.

۲- استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی و مواد حساسیت زا

۳- مواجه با موادی که در محیط کار یا محیط های دیگر وجود دارند(مثلا برخی از کشاورزان در اثر تنفس گرد و غبار یا سموم شیمیایی دچار التهاب ریه می شوند)

۴- گاهی استفراغ باعث ایجاد پنومونی می شود. با استفراغ بخشی از محتویات معده وارد ریه ها می شود و موجب التهاب ریه می شود.

بینی انسان برای محافظت از میکروب ها ، گرد و غبار و دیگر عوامل عفونی از مخاط و مو پوشیده شده است. هنگامی که مخاط بینی قادر به جلوگیری از چنین اتفاقی نیست ای عوامل عفونی به اندام های داخلی وارد و تقسیمات فراوانی انجام داده و منجر به بیماری می شوند.

تعریف: ذات الریه یا پنومونی به التهاب بافت ریه اطلاق

می شود که توسط میکرو ارگانیسم های گوناگون از جمله باکتری ها، ویروس ها و یا قارچ پدید می آید که می تواند شما را بسیار بدحال کند. شما ممن است سرفه ، تب و تنفس سخت هم پیدا کنید. برای اکثر افراد ذات الریه می تواند در خانه هم درمان شود و اغلب در ۲ تا ۳ هفته پاک می شود. ام افراد مسن، کودکان و افراد مبتلا به بیماری های دیگر ممکن است بسیار بد حال شده و نیاز به بستری در بیمارستان داشته باشند.

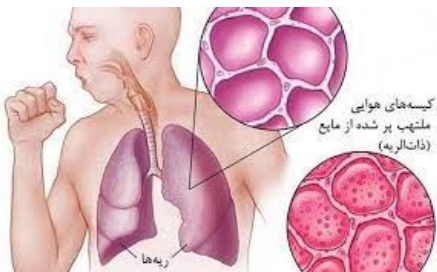
شما می توانید ای بیماری را در طول زندگی روزمزه مانند مدرسه یا محل کار دریافت کنید که به آن پنومونی مرتبط با جامعه می گویند. همچنین می توانید آن را زمانی که در بیمارستان هستید دریافت کنید که به آن پنومونی بیمارستانی گفته می شود و می تواند شدیدی تر باشد.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و

درمانی آذربایجان غربی



پنومونی

واحد آموزش

سلامت

۰۴۴-۴۴۲۲۲۲۴۳



پس از آن فعالیت های طبیعی را می توان به آهستگی از سر گرفت. بسیاری از بیماران تا ۶ هفته پس از بهبودی احساس خستگی و ضعف دارند. بنابر این نباید انتظار داشت که بیمار به سرعت به توان اولیه ی خود برگردد.

تغذیه: رژیم خاصی نیاز نیست ولی باید به هر طریقی سعی شود تا میزان دریافتی موای مغذی و مایعات در حد طبیعی حفظ شود. این کار به رقیق تر شدن ترشحات ریوی و در نتیجه تخلیه ی آسان تر با سرفه کمک میکند.



در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید

-- داشتن همزمان هر یک از بیماری های قلبی، ریوی ، کلیوی و دیابت در زمان بروز پنومونی

-افزایش درجه حرارت بدن به بالاتر از ۳۸.۹ درجه

-درد غیر قابل تحمل با وجود مصرف مسکن

-تشدید کوتاهی نفس-کبودی پیشرونده ی ناخن ها و

پوست-خلط خونی-تهوع، اسهال یا استفراغ -

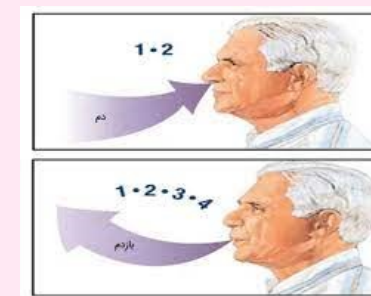
منبع: برونر سودارث- تنفس ۲۰۱۸

-از یک بالش تک گرم یا کمپرس گرم بر روی قفسه ی سینه برای تخفیف درد سینه استفاده کنید.

-سرفه کردن و تنفس عمیق جهت کمک به تخلیه ی ترشحات ریوی بسیار موثر است.

-جهت بهبود الگوی تنفس می توانید در حالت نشسته و یا ایستاده، کمی به جلو خم شوید و تنفس را با لب های غنچه شده انجام دهید. با خم شدن به جلو به طور خودکار به تنفس با عضلات فرعی ، تنفس دیافراگمی خواهید داشت.

-از محرک های مثل سیگتر و گرد و غبار اجتناب کنید و از استرس که موجب افزایش نیاز به اکسیژن می شود پرهیز نمایید.



-برای درد خفیف، تب و احتقان ممکن است از داروهای

بدون نسخه، نظیر استامینوفن یا قطره های بینی، اسپری یا قرص های ضد احتقان استفاده شود.

-فعالیت: استراحت در بستر تا هنگام بر طرف شدن تب، درد و کوتاهی نفس حداقل به مدت ۴۸ ساعت ضروری است.