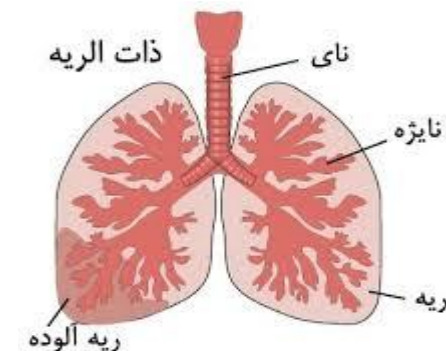


## پنومونی چیست ؟

پنومونی عبارت است از التهاب حاد ریه ها ناشی از یک عفونت



www.payamesalamat.com

## انواع

- ۱- پنومونی ناشی از جامعه
- ۲- پنومونی ناشی از بیمارستان و سایر مراکز مراقبتی پرستاری

## شیوع

بیماری بسیار شایعی است که میلیونها نفر در سراسر جهان را تحت تاثیر قرار می دهد و علائم و نشانه های آن می تواند بسیار خفیف تا کشنده متغیر باشد . علیرغم پیشرفتهای فراوان در علم پزشکی و تولید آنتی بیوتیکهای قوی موجب مرگ میلیونها نفر در سراسر جهان می شود . ( هفتمین عامل مرگ و میر در کشور آمریکا ) کماکان مسئول یک پنجم مرگ و میرها در اطفال است .

## نکته :

علائم پنومونی در عرض ۲۴-۴۸ ساعت ممکن است بطور ناگهانی تشدید شود .

## علائم شایع :

- سرفه : که ممکن است خشک یا همراه با خلط غلیظ
- زرد ، سبز ، قهوه ای و یا همراه رگه های خون باشد .
- تنفس مشکل : ممکن است سریع ، سطحی باشد و حتی در موقع استراحت هم فرد دچار سختی در تنفس باشد .
- بی اشتها
- تب یا لرز شدید
- ضربان قلب تند
- درد در قفسه سینه
- احساس ضعف عمومی



علائم کمتر شایع :

- سرفه خونی
- سردرد
- ضعف مفرط
- تهوع و استفراغ
- تنفس صدادار

❖ درد مفاصل و عضلات

❖ گیجی و کاهش سطح هوشیاری ( به ویژه در افراد مسن )

## علل بوجود آورنده پنومونی :

- انواع مختلفی از باکتریها ، ویروسها و قارچها می توانند موجب پنومونی یا عفونت ریه شوند .
- وارد شدن مقدار کمی غذا ، استفراغ ، مایعات از دهان به داخل ریه ها می تواند عامل پنومونی باشد .

## عواملی که خطر ابتلا به پنومونی را بالاتر می برد :

- سیگار کشیدن یا استنشاق هوای آلوده
- بیماریهای مزمن ریه
- بیماریهای قلبی ، دیابت ، سیروز کبدی
- اختلالات مغزی مثل : سکته مغزی ، زوال عقل
- بدنبال ضربات و جراحی سرطان دهان و گلو و گردن

## درمان

پنومونی خفیف با استراحت کافی و مصرف مایعات فراوان و آنتی بیوتیک قابل درمان است . نوع شدید ممکن است نیاز به بستری در بیمارستان داشته باشد .

## درمان در منزل

### ۱- رعایت بهداشت

- پوشاندن صورت و بینی به هنگام عطسه و سرفه و دور انداختن سریع دستمال استفاده شده چون برخی میکروبها می توانند تا چندین ساعت خارج از بدن در دستمال هم زنده بمانند .
- شستن مرتب دستها برای پیشگیری از انتقال عفونت به دیگران



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

بیمارستان امام حسین (ع) بیجار

### پنومونی



IHH-PE-PA-ID05

واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

شماره تلفن: ۰۸۷۳۸۲۳۶۰۶۸

آدرس وب سایت بیمارستان:

<https://muk.ac.ir/Page?pagelid=۲۳>

منبع: پرونر سودارث

— مایعات فراوان بنوشید .

— هوای اتاق را مرطوب نگه دارید.

— به اندازه کافی استراحت کنید .

— بهتر است افرادی که ضعف سیستم ایمنی دارند از افراد مبتلا دور باشند .



### علائم هشدار دهنده برای مراجعه به پزشک یا اورژانس

✚ اگر تنفس تند یا دردناک دارید

✚ اگر سردردهایتان بیشتر شده است .

✚ اگر سرفه خونی یا تغییر رنگ خلط دارید .

✚ اگر کاهش وزن و تعریق شبانه پیدا کرده اید .

✚ اگر انتهای انگشت هایتان آبی شده است .

✚ اگر درد قفسه سینه دارید که با نفس کشیدن بدتر می شود .

### ۲- اقدام به واکسیناسیون

اقدام به واکسیناسیون بر علیه آنفلوآنزا و پیشگیری از پنومونی به ویژه در مورد افراد پر خطر ( آسمی ها ، دیابتی ها ، مبتلایان به سرطان ، کسانی که پیوند عضو داشته اند . مبتلایان به آمفیزم )



### ۳- خود مراقبتی

— استفاده از بخور گرم

— ۲-۳ بار پست سر هم نفس عمیق بکشید

— سیگار کشیدن ، مصرف الکل ، تزریق مواد مخدر خطر ابتلا به پنومونی را افزایش می دهد .

— داشتن تغذیه سالم

— تهیه مناسب محل کار و زندگی

— شما می توانید برای کاهش درد یا کنترل درد با نظر پزشک معالجه‌تان استامینوفن یا بروفن استفاده کنید .



— استفاده از ضد سرفه توصیه نمی شود چون سرفه برای تخلیه ریه از خلط ضروری است . نوشیدن یک لیوان شربت گرم حاوی عسل و لیمو می تواند بهتر باشد .