

پنومونی (ذات الریه):

بیماری التهابی ریه است که بوسیله باکتری ها، ویروس ها، قارچ ها و ... ایجاد میشود. ممکن است در اثر استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی نیز التهاب ریه ایجاد شود. این بیماری به خصوص در افراد مسن و کودکان کم سن خطرناک است. گاهی استفراغ باعث ایجاد پنومونی می شود، با استفراغ بخشی از محتویات معده وارد ریه ها شده و موجب التهاب ریه ها می شود.

علائم و نشانه ها:

- ۱- تب و لرز
- ۲- درد قفسه سینه/ تعریق سرد
- ۳- گرفتگی بینی
- ۴- گلودرد / خلط چرکی
- ۵- سردرد / درد عضلانی
- ۶- ضربان سریع قلب، احساس خستگی و ضعف زیاد
- ۷- کاهش اشتها
- ۸- سرفه

(سرفه در ابتدا ممکن است خشک باشد اما یک تا دو روز بعد سرفه همراه با خلط میشود. خلط معمولا زرد رنگ است و ممکن است رگه های خونی داشته باشد یا نارنجی رنگ باشد.)

۹- تنفس عمیق یا سرفه که ممکن است منجر به ایجاد درد عمقی در قفسه سینه شود.

درمان:

درمان اصلی پنومونی آنتی بیوتیک های صحیح بر اساس جواب آزمایشات می باشد و بیشتر افراد با استراحت در منزل حال عمومی بهتری پیدا می کنند اما افراد با بیماری شدیدتر باید در بیمارستان بستری شوند تا سطح اکسیژن آن ها تحت نظر باشد و مایعات به صورت سرم برای آنها تجویز شود.

* آنتی بیوتیک تزریقی/ خوراکی

* مایع درمانی تریقی

* داروهای ضد تب

* داروهای ضد سرفه

۲-اکسیژن درمانی

پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه آزاردهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته باشید که طبیعی است.

چه کسانی بیشتر در معرض ابتلا به عفونت

ریوی هستند؟

* کودکان خصوصا آنهایی که بیماری مزمن دارند

* افراد مبتلا به بیماریهای مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت

* افرادی که سیگار میکشند

* افراد پیر و ضعیف

در صورت ابتلا به پنومونی چه اقداماتی

انجام دهیم:

* داروهایی که پزشک معالج تجویز میکند را به موقع مصرف کنید و دوره درمان با آنتی بیوتیک ها را کامل کنید.

* از دستگاه بخور جهت مرطوب کردن هوای استنشاقی استفاده کنید. بیشتر علائم مانند درد قفسه سینه و تب در عرض چند روز بعد از درمان تخفیف می یابد.

* سرفه معمولا ۲ تا ۳ هفته طول می کشد تا برطرف شود، ولی خستگی و ضعف ممکن است ماه ها زمان ببرد تا به طور کامل برطرف شود.

* سرفه کنید تا ترشحات ریوی خارج شود، بهداشت دهان خود را رعایت کنید.

* از استرس، خستگی و تغییرات ناگهانی درجه حرارت اجتناب کنید.

* بهداشت فردی خود را جهت پیشگیری از عفونت رعایت کنید، هنگام سرفه از دستمال یکبار مصرف استفاده کنید و دست های خود را با آب و صابون بشویید.

* به علت خستگی و تنگی نفس اشتهای شما کاهش می یابد، اگر بیماری قلبی ندارید، طبق نظر پزشک مایعات فراوان حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید، زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می کند.

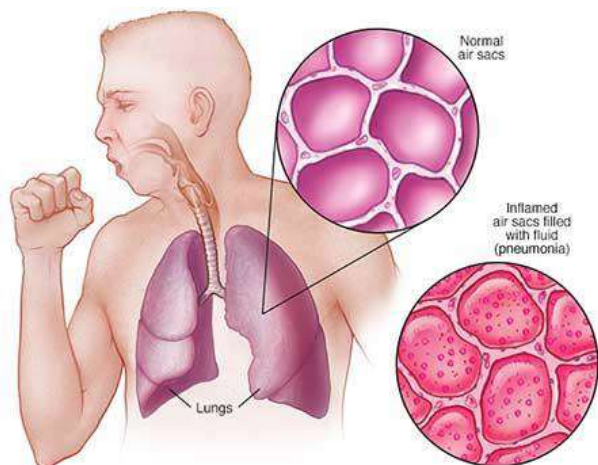


بیمارستان ۹ دی منظره

بیماری پنومونی

(عفونت ریه)

کد پمفلت: IM-025



© MAYO FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED.

* مواد غذایی پرکالری و پرپروتئین مصرف کنید.

* غذاهای نفاخ (کلم، بادمجان و ...) مصرف نکنید.

* میوه و سبزیجات بیشتر مصرف کنید.

* از روغن های مفید مانند کانولا و زیتون استفاده کنید.

* از مصرف قهوه، الکل، نوشابه، ادویه، نمک، سیگار و قلیان اجتناب کنید.

* در صورت مشاهده هر یک از علائم خطر از جمله: سختی در تنفس، بدتر شدن سرفه، افزایش/ عود مجدد تب و عدم تحمل دارو سریعاً به پزشک معالج مراجعه نمایید و یا با ۱۱۵ تماس بگیرید.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	بیماری پنومونی
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	آقای دکتر باقری
سمت	متخصص بیماری های عفونی
تاریخ تهیه	پاییز ۱۴۰۲
کد پمفلت	HE-bl(im)-025-01

* از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.

* تغذیه و استراحت کافی داشته باشید.

* از مصرف غذاهای محرک مانند: غذاهای چرب و سرخ شده و پر ادویه خودداری نمایید.

* از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده، مایعهای شوینده معطر خودداری کنید.

* انجام واکسیناسیون آنفولانزا در مواقع لزوم و طبق صلاحدید پزشک معالج انجام شود.

* برای افزایش سیستم ایمنی بدن از مواد غذایی حاوی ویتامین ث، پرتقال، نارنگ و مغزها استفاده نمایید.

* در هوای آلوده از منزل خارج نشوید و هنگام بیرون رفتن در سرما لباس گرم و مناسب بپوشید.

* از فعالیت بیش از حد طی دوره بهبودی خودداری کنید و در بین فعالیت دوره های استراحت داشته باشید.

* تعداد وعده های غذایی خود را افزایش دهید ولی حجم غذای مصرفی در هر وعده را کاهش دهید.