

## پنومونی



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

بیماری بسیار شایعی است که میلیون ها نفر در سراسر جهان را تحت تاثیر قرار می دهد و علائم و نشانه های آن می تواند بسیار خفیف تا کشنده متغیر باشد .

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

### انواع :

۱. پنومونی ناشی از جامعه
۲. پنومونی ناشی از بیمارستان و سایر مراکز مراقبت های پرستاری

### علائم شایع :

- سرفه : ممکن است خشک یا همراه با خلط غلیظ زرد ، سبز ، قهوه ای و یا همراه رگه های خون باشد.

- تنفس مشکل : ممکن است سریع و سطحی باشد و حتی در موقع استراحت هم فرد دچار سختی در تنفس باشد.
- بی اشتها
- تب و لرز شدید
- ضربان قلب تند
- درد در قفسه سینه
- احساس ضعف عفونی

### علل بوجود آورنده پنومونی :

- انواع مختلفی از باکتری ها ، ویروس ها و قارچ ها می توانند موجب پنومونی یا عفونت ریه گردند.
- وارد شدن مقدار کمی غذا ، استفراغ ، مایعات از دهان به داخل ریه ها می تواند عامل پنومونی باشد.

### مواردی که خطر ابتلا به پنومونی را بالاتر

#### می برد:

- سیگار کشیدن یا استنشام هوای آلوده
- بیماری های مزمن ریه
- بیماری های قلبی ، دیابت ، سیروز کبدی
- اختلالات مغزی مثل : سکته مغزی ، زوال عقلی
- بدنبال ضربات و جراحی سرطان دهان ، 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



اقدام به واکسیناسیون بر علیه آنفولانزا و پنومونی به ویژه در مورد افراد پر خطر ( آسمی ها ، دیابتی ها ، افراد مسن ، مبتلایان به سرطان ، کسانی که پیوند عضو داشته اند ، مبتلایان به آمفیزم

### ۲. خودمراقبتی:

- استفاده از بخور
- ۲ تا ۳ بار در ساعت پشت سر هم ۲ بار نفس عمیق بکشید.
- سیگار کشیدن ، مصرف الکل ، تزریق مواد مخدر خطر ابتلا به پنومونی را افزایش می دهد.
- داشتن تغذیه سالم



موسسه خدمات درمانی لبرز  
بیمارستان تخصصی البرز

## پمفلت پنومونی

منبع :

Limper AH. overview of pneumonia  
Niderman M. in the clinic

کد مدرک : PT/1096/ED/01

تدوین :: واحد آموزش و ارتقاء سلامت - اسفند ۹۷

است نیاز به دستگاه تنفس دهنده داشته باشد که این با بستری کردن بیمار در ICU انجام خواهد شد.

### نکته :

پنومونی معمولاً از فردی به فرد دیگر سرایت پیدا نمی کند ولی بهتر است افرادی که ضعف یا نقص سیستم ایمنی بدن دارند از افراد مبتلا دور باشند.

### علائم هشدارنده برای مراجعه به

#### پزشک یا اورژانس :

۱. اگر تنفس تند یا دردناک دارید.
۲. اگر سردردهایتان بیشتر شده است.
۳. اگر سرفه خونی یا تغییر رنگ خلط دارید.
۴. اگر انتهای انگشت هایتان آبی شده است.
۵. اگر درد قفسه سینه دارید که با نفس کشیدن بدتر می شود.

- تهویه مناسب محل کار و زندگی
- شما می توانید برای تخفیف درد یا کنترل تب ( با نظر پزشک ) از استامینوفن و پروفن استفاده کنید.
- در صورتیکه حساسیت به آسپرین یا داروهای موسوم به NSAIDS ( دیکلوفناک ، ناپروکسن ، سلکسیب ، مفنامیک اسید ، ایندومتاسین ) دارید نباید از پروفن استفاده کنید.
- استفاده از ضد سرفه توصیه نمی شود ، چون سرفه برای تخلیه ریه از خلط ضروری است . نوشیدن لیوانی شربت گرم حاوی عسل و لیمو می تواند بهتر باشد.
- مایعات فراوان بنوشید.
- دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید .
- هوای اتاق مرطوب باشد.
- به اندازه کافی استراحت کنید.

### درمان در بیمارستان :



- درمان در بیمارستان شامل مایع درمانی وریدی ، آنتی بیوتیک و در صورت نیاز اکسیژن درمانی خواهد بود ، در موارد خیلی شدید ، سیستم تنفسی ممکن