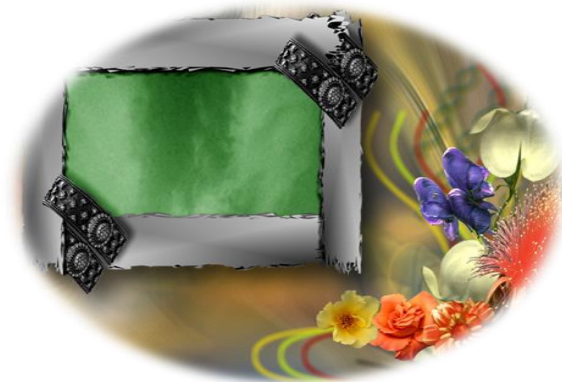




دانشگاه علوم پزشکی سمنان

بیمارستان 15 خرداد مهدیشهر

عنوان: پنومونی



تهیه شده در کارگروه آموزش به بیمار بخش ICU

تاریخ تنظیم: 1403/1/20

تاریخ بازنگری: 1405/1/20

کد پمفلت: Hos-pam-ICU-04

نکات آموزشی و خودمراقبتی

-از مواد غذایی پر پروتئین (گوشت ولبنیات و تخم مرغ و حبوبات و...) پر کربوهیدرات (نان و غلات و سیب زمینی و...) و سرشار از ویتامین (میوه و سبزیجات) استفاده نمایید .

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

-روزانه 2 یا 3 لیتر مایعات که به رقیق شدن و خروج ترشحات ریه کمک می کند مصرف کنید و اگر به علت بیماری کلیوی یا قلبی ممنوعیت مصرف مایعات دارید از بخور برای مرطوب کردن هوای تنفسی استفاده نمایید.

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

-دوره درمان را کامل نمایید و آنتی بیوتیک های تجویز شده را با معده خالی و در ساعت مقرر مصرف کنید و در صورت تحریک معده دارد را همراه شیر یا غذا میل نمایید . در صورت فراموش کردن یک دوز در عرض 8 ساعت می توانید دارو مصرف کنید در غیر این صورت دوز بعدی را در ساعت مقرر استفاده نمایید و دوز را دوبرابر نکنید .

- از فعالیت زیاد خودداری نمایید و بین فعالیت هادبه طور متناوب استراحت نمایید .

-اگر مبتلا به هریک از بیماری قلبی و ریوی و کلیوی یا دیابت هستید با مشاوره پزشک واکسن پنومونی و آنفولانزا را سالیانه دریافت نمایید.

درمان پنومونی

در مواردی به صورت سرپایی قابل درمان است و در موارد دیگر به صورت بسترس صورت می گیرد.

درمان آنتی بیوتیک ، فیزیو تراپی قفسه سینه و در مواردی اکسیژن استفاده می شوند.

آنفلانزا می تواند باعث پنومونی شود

آنفلانزا معمولی ، مبتلایان را دچار عفونت ریه و عوارض مغزی و قلبی و عروقی ، تورم مغز حتی در مواردی منجر به مرگ مبتلایان به این بیماری می شود.

رعایت بهداشت فردی و واکسینه کردن افراد بر علیه آنفلانزا ، بهترین روش مقابله با عوارض این بیماری می باشد.

پزشکان ، اواخر شهریور و اوایل پاییز را به عنوان زمان مناسب برای تزریق واکسن آنفلانزا توصیه میکنند.

رعایت نکردن بهداشت ، سرفه و عطسه ، مصرف مشترک لیوان و ظروف سبب انتقال این بیماری شده و در مکان هایی که اصول اولیه بهداشت فردی رعایت نمی شود ، شیوع بیشتری دارد.

پنومونی

به التهاب بافت ریه که یک یا دو طرف قفسه سینه را درگیر می کند و معمولا در اثر عفونت ایجاد می شود. پنومونی یا عفونت ریه گفته می شود. ممکن است منبع عفونت ریه در در نقطه دیگری از بدن باشد و از طریق جریان خون منجر به عفونت ریه ها شود. این بیماری به خصوص در افراد مسن کودکان کم سن خطرناک است.

علل پنومونی

-دراثر ارگانیزم های مختلفی شامل ویروس ها ،باکتری ها،قارچ ها وانگل ها ایجاد میشود.

-در اثر استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی نیز التهاب ریه ایجاد میشود.

-التهاب ریه در اثر استنشاق مواد حساسیت زا ایجاد می شود.

-در اثر استفراغ ،بخشی از محتویات معده وارد ریه ها می شود و موجب التهاب ریه ها میگردد.

-مواجهه با مواردی که در محیط کار یا محیط های دیگر وجود دارند،باعث ایجاد التهاب در بافت ریه میشود ،مثلا در برخی کشاورزان در اثر تنفس گردوغبار،التهاب ریه رخ میدهد.

-در بیشتر موارد،نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است.

علائم پنومونی

-تب ولرز

-کم اشتها

-سر درد

-درد قفسه سینه

-سرفه

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

افراد در معرض ابتلا به پنومونی

-کودکان خصوصا ان هایی که بیماری مزمن دارند.

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

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

-افراد پیر وضعیف

-افرادی که طحال آنان با جراحی برداشته شده است.

-افراد الکلی

پیشگیری از پنومونی

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

-برای باکتری پنوموکوک واکسنی تهیه شده است،اما جزء برنامه ی واکسیناسیون کشوری نیست.برای دریافت ان میتوانید به پزشک مراجعه کنید.

-اگر بالای 65 سال دارید،سیستم ایمنی شما ضعیف شده است یا به بیماری مزمنی و یا دیابت دچار هستید،باید واکسن پنوموکوک را دریافت کنید.همچنین قلبی ،ریوی ،کلیوی ،کبدی ،آسم باید به خوبی از خود مراقبت کنید و برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی وپروسی،واکسن آنفلانزا بزنید.

-اگر به هر علتی با جراحی ،طحال شما برداشته شده است،دریافت واکسن پنوموکوک بسیار اهمیت دارد.

-در صورت ابتلا به سرما خوردگی و سایر عفونت های تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا از انتقال عوامل بیماری زا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود.

تشخیص پنومونی

با معاینات و برخی اقدامات دیگر (مانند رادیو گرافی) بیماری تشخیص داده می شود.

در موارد نادری ،ممکن است یک بیماری شبیه به عفونت ریه باشد و به بررسی های بیشتر نیاز باشد با چنین علائمی بروز میکند مثل سرطان ریه