



پنومونی

پنومونی یا ذات الریه عبارتست از التهاب حاد ریه ها ناشی از عفونت است.

انواع پنومونی:

۱_ پنومونی ناشی از جامعه ۲_ پنومونی ناشی از بیمارستان و سایر مراکز مراقبت‌های پرستاری
بیماری بسیار شایعی است که میلیون‌ها نفر در سراسر جهان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. علائم و نشانه‌های آن می‌تواند بسیار خفیف تا کشنده متغیر باشد علیرغم پیشرفت‌های فروان در علم پزشکی و تولید آنتی بیوتیک‌های قوی به موجب مرگ میلیون‌ها نفر در سراسر جهان شود.
میکروب‌های بیماری ذات‌الریه مسری هستند. این بدان معناست که پنومونی می‌تواند از فردی به فرد دیگر منتقل شود نکته: علائم پنومونی در عرض ۲۴ الی ۴۸ ساعت ممکن است به طور ناگهانی تشدید شود.

علت وجود آورنده پنومونی:

انواع مختلفی از باکتری‌ها و ویروس‌ها و قارچ‌ها می‌توانند موجب پنومونی و عفونت ریه شوند.
وارد شدن مقدار کمی غذا، استفراغ، مایعات از دهان به داخل ریه‌ها می‌توانند عامل پنومونی باشند.



مواردی که خطر ابتال به پنومونی را بالا می برد:

کشیدن سیگار یا استنشام هوای آلوده بدنبال ضربات
وجراحی سرطان دهان گلو و گردن اختالات مغزی مثل::
سکته مغزی و زوال عقل بیماریهای قلبی ، دیابت
سیروز کبدی . بیماری مزمن ریه

علائم و نشانه های بیماری:

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

علائم کمترشایع:

سرفه خونی - سردرد
- ضعف مفرط
- تهوع یا استفراغ
- تنفس صدا دار- درد مفاصل و عضالت
گیجی و کاهش هوشیاری در افراد مسن

درمان بیماری :

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. اکسیژن تراپی برای حفظ
سطح اکسیژن در جریان خون میتواند مهم باشد.

درمان در منزل :

۱- رعایت بهداشت: پوشاندن صورت و بینی به هنگام عطسه و سرفه و دور انداختن سزيع دستمال کاغذی استفاده شده چون میکروبها می توانند تا چندیدن ساعت خارج از بدن در دستمال هم زنده بمانند. شستن مرتب دستها برای پیشگیری از انتقال عفونت به دیگران

۲- اقدام به واکسیناسیون ببر علیه آنفوالنزا و پنومونی به ویژه در مورد افراد پرخطر آسمی ها

دیابتی ها، کسانی که پیوند عضو داشته اند، مبتالیان به آمفیزم .

۳- استفاده از استامینوفن و ایبوپروفن در بعضی موارد میتواند شرایط بیمار را بهبود بخشد.

آموزش های خود مراقبتی :

۱. دو الی سه بار در ساعت پشت سرهم دوبار تنفس عمیق بکشید.
۲. استفاده از بخور گرم / ۳. تهویه مناسب در محل زندگی و کار
۴. داشتن تغذیه سالم
۵. کشیدن سیگار. مصرف الکل و مواد مخدر خطر ابتلا به پنومونی را افزایش میدهد.
۶. شما می توانید برای تخفیف درد یا کنترل تب (تحت نظر پزشک) از استامینوفن و ایبوپروفن استفاده کنید.
۷. رژیم غذایی: مایعات فروان بنوشید. نوشیدنی لیوانی شربت گرم حاوی عسل و لیمو بهتر است.
۸. فعالیت و استراحت: به اندازه کافی استراحت کنید.
۹. آموزش سلامت: از مصرف دخانیات ، مشروبات الکلی اجتناب نمایید. از استرس و اضطراب دوری نمایید، از داشتن اضافه وزن پرهیز نمایید.