

عفونت ریه (پنومونی) چیست؟

عفونت ریه یا پنومونی :

یک روند التهاب بافت ریه می باشد که بر اثر ورود مواد غذایی ، استنشاق دود و مواد محرک یا باکتریها ، ویروس ها و قارچ ایجاد می شود.



علل شایع پنومونی:

سیگار ، آلودگی هوا ، سوء تغذیه ، سن بالای ۶۵ سال و زیر یک سال ، بیماریهای مزمن ریوی ، سیستم ایمنی بدن ضعیف: بی حرکتی ، استراحت طولانی در بستر.

انواع پنومونی :

پنومونی اکتسابی از طریق استنشاق هنگامی که مواد جامد و یا مایع که به طور طبیعی باید از طریق مری عبور کند تصادفاً به ریه ها وارد شوند خطر ابتلا به این نوع از پنومونی را افزایش می یابد. برخی داروها و الکل نیز می تواند باعث افزایش خطر ابتلا به این نوع (پنومونی آسپیراسیون) شود.

پنومونی اکتسابی از

مراکز درمانی افرادی که بستری مداوم در بیمارستان هستند (دیالیز مکرر و ...) بیشتر در معرض خطر ابتلا به این نوع پنومونی هستند.

علائم و نشانه ها: عفونت ریه: علائم اولیه شامل تب اغلب با درجه بالای، اما درجه پایین نیز گزارش شده است سایر علائم اولیه شامل لرز، سرفه مداوم، اشکال در تنفس ، سردرد، از دست دادن اشتها، ضعف، بی حالی، درد بیش از حد قفسه سینه و افزایش تولید عرق توسط بیماران پنومونی گزارش شده است. تب ولرز ناگهانی، افزایش تعداد تنفس، سرفه گلودرد ، احتقان بینی ، سیاه شدن رنگ لب ها و بستر ناخن

علائم پنومونی ناشی از باکتری: علائم پنومونی ناشی از باکتری معمولاً سریع است و شامل: سرفه - شما به احتمال زیاد سرفه خلط دار دارید این خلط ها به رنگ زنگ زده یا سبز و یا آغشته به خون هستند.

تب (درجه حرارت بالا).

تعریق بیش از حد.

تنفس سریع و احساس تنگی نفس.

سرعت تنفس بالا.

تکان خوردن، دندان قروچه و لرز.

درد قفسه سینه که اغلب با سرفه یا تنفس بدتر می شود.

ضربان قلب سریع.

احساس خستگی یا ضعف زیاد.

تهوع و استفراغ.

اسهال. در موارد شدید (تغییر وضعیت ذهنی شخص).

علائم پنومونی ناشی از ویروس : نشانه های کلیدی آن عبارتند از بی حالی، تب با درجه بالا و تنگی نفس و در کنار آن سرفه خشک و درد عضلانی نیز گزارش شده است علائم ناشی از ویروس ها همان هایی هستند که ناشی از باکتری می باشد اما آنها به آرامی ظاهر می شوند و اغلب بد نیستند.

چه موقع باید به پزشک مراجعه کرد؟

اگر شما احساس ناراحت کننده پس از یک سرماخوردگی یا آنفلوآنزا ناگهانی، و یا اگر سرفه با احساس درد در قفسه سینه یا تب دارید به پزشک خود مراجعه کنید.

درمان پنومونی - عفونت ریه

درمان های خانگی - برخی از درمان های خانگی می تواند در مقابله با علائم ذات الریه کمک کند. استراحت و خواب کافی داشته باشید. مقدار زیادی مایعات بنوشید. سیگار نکشید.

اگر سرفه باعث شب بیداری شما می شود جهت گرفتن داروی ضد سرفه با دکتر خود صحبت کنید. اگر شما نشانه های بد حالی، یک سیستم ایمنی ضعیف و یا بیماری جدی دیگری هم دارید ممکن است نیاز به رفتن به بیمارستان داشته باشید.

برای پنومونی که توسط باکتری ایجاد می شود آنتی بیوتیک تجویز می شود. آنتی بیوتیک ها تقریبا همیشه پنومونی ناشی از باکتری را درمان می کند. آنتی بیوتیک ها را دقیقا طبق دستور مصرف کنید و نیاز به گرفتن دوره کامل آنتی بیوتیک ها می باشد. پنومونی به شما احساس بیماری می دهد. اما پس از مصرف آنتی بیوتیک ها، شما باید شروع به احساس بهتر نمایید. اگر شما احساس بهتری پس از ۲ تا ۳ روز مصرف آنتی بیوتیک نداشتید با دکتر خود تماس بگیرید. پنومونی ناشی از ویروس معمولا با آنتی بیوتیک درمان نمی شود. گاهی اوقات، آنتی بیوتیک ها برای جلوگیری از عوارض استفاده می شوند. این پنومونی با درمان در منزل، مانند استراحت و مراقبت از سرفه معمولا خوب می شود. داروها شامل ترکیبی از داروهای مختلف که بسته به نوع پنومونی داده می شود در برخی موارد مانند (ذات الریه شدید و مقاوم به درمان) بستری شدن در بیمارستان ممکن است لازم باشد.

رژیم غذایی :

روزانه ۲ تا ۳ لیوان مایعات استفاده کنید که به رقیق شدن و خروج ترشحات ریه کمک می کند. در صورتیکه به علت بیماری کلیوی و قلبی محدودیت مصرف مایعات داشته باشید از بخور یا ظرف آب جوشیده برای مرطوب کردن هوای تنفسی استفاده نمایید. از مواد غذایی پر پروتئین (گوشت- تخم مرغ- حبوبات) و پر کربوهیدرات (نان برنج - غلات - سیب زمینی - فرنی و...) و سبزیجات و میوه جات استفاده نمائید. وعده های غذایی با حجم کم و دفعات زیاد داشته باشید.

پیشگیری از پنومونی:

تزریق واکسن - وقتی کودکی به دنیا آمد تزریق واکسن پنوموکوک یک واکسیناسیون رایج است. بزرگسالان می توانند واکسن را بسته به کارهای مختلف دریافت کنند. سایر واکسن ها را می توان برای جلوگیری از بیماری هایی که ممکن است به ذات الریه منجر شود مانند سرخک، ابله مرغان، آنفولانزا، و غیره استفاده کرد. شستن دست اغلب مفید است - حفظ بهداشت فرد سبب سلامتی می شود. شستن دست ها اغلب می تواند گرفتن باکتری یا عفونت ویروس را کاهش دهد. از مردم آلوده دور باشید - اگر شما در معرض خطر ابتلا به افراد آلوده به سینه پهلو هستید و واکسن دریافت نکرده اید شما باید از آنها دور باشید. سیگار نکشید - بهترین راه برای جلوگیری از ذات الریه دور ماندن از دود سیگار است. اگر سیگار می کشید، شما بیشتر در معرض خطر ابتلا به پنومونی است. مصرف سیگار اثر بدی بر ریه و سینه پهلو دارد.

در صورت مشاهده علائم: خواب آلودگی - سختی در تنفس - بدتر شدن سرفه - افزایش یا عود مجدد تب و عدم تحمل دارو مراتب را به پزشک اطلاع بدهید - افرادی که چاق هستند. تشویق شوند که برنامه کاهش وزن داشته باشند. افراد سیگاری نیز سیگار را ترک نمایند.

منبع: کتاب تشخیص و درمان پنومونی دکتر محلوجی

<https://asanteb.com>

آدرس: تهران ، بلوار کشاورز خیابان حجاب، کوچه یکم



بیمارستان یاس سپید

تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۹۵۷۶۷-۷۲ نامبر: ۸۸۹۹۵۷۶۵

www.yashospital.com

info@yashospital.com

گروه هدف: بیماران / همراهان

تهیه و تنظیم: واحد پرستار پیگیر بیمارستان

ویرایش دوم: سال ۱۴۰۳