



## پنومونی

**تهیه کننده: مهناز پریمو**

ویراست علمی: سوپروایزر آموزش سلامت

تاریخ بازنگری: ۹۷/۱۰/۳



- پس از فروکش کردن تب بتدریج فعالیت خود را افزایش دهید.
- پرهیز از مصرف سیگار و الکل.
- تا زمان بهبودی کامل از فعالیت های شدید که باعث خستگی زیاد می شود اجتناب کنید.
- تغذیه کامل داشته باشید و به مقدار لزوم استراحت کنید.

مددجوی گرامی شما می توانید با مراجعه به آدرس اینترنتی [www.gmu.ac.ir](http://www.gmu.ac.ir) و انتخاب مرکز آموزشی، پژوهشی درمانی علامه بهلول گنابادی از منوی شبکه ها و مراکز درمانی و مراجعه به واحد آموزش سلامت به سایر مطالب آموزشی دسترسی پیدا کنید

**ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:**

تلفن: ۰۵۱۵۷۲۳۶۸۳۵

داخلی ۲: ۱۱۶۶-۱۴۵۸



## درمان در بیمارستان:

- به اندازه کافی استراحت کنید.
  - هوای اتاق مرطوب باشد.
  - دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید.
  - مایعات فراوان بنوشید.
- نکته: توجه داشته باشد که این کار با بستری کردن بیمار در ICU انجام خواهد شد.

## رعایت نکات زیر در بیماران مبتلا به پنومونی مهم است :

- سیگار بافت ریه را تخریب و نسبت به عفونتها آسیب پذیر میکند. پس ترک سیگار بسیار مهم است
- در صورت ابتلا به سرماخوردگی و سایر عفونتهای تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا از انتقال عوامل بیماریزا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود.
- آنتی بیوتیک های تجویز شده را در زمان صحیح و تا مدت زمان دستور داده شده ادامه دهید و در صورت بروز عوارض جانبی احتمالی، حتما به پزشک معالج خود اطلاع دهید..
- برای پاک کردن ریه ها و اتساع کامل ریه، تمرینات تنفسی آموزش داده شده را بطور مداوم انجام دهید



## پنومونی چیست ؟

پنومونی یا نومونیا که نام قدیمی آن ذات الریه است عفونت یا التهاب شدید یک یا هر دو ریه به صورت همزمان است که سبب بروز علائم تنفسی می شود.

در این بیماری حبابچه های هوایی موجود در ریه ها پر از چرک و سایر مواد مایع می شود و رسیدن اکسیژن به خون با مشکل مواجه می گردد. اگر اکسیژن موجود درخون شما کاهش یابد سلولهای بدن شما به درستی کار خود را انجام نخواهند داد.

## عوامل مختلفی در ایجاد پنومونی نقش دارند از

### جمله:

۱. ویروسها، باکتریها، قارچها و انگلها. در بیشتر موارد، نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است.
۲. استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی و مواد حساسیت زا که باعث التهاب ریه میشوند.
۳. مواجهه با موادی که در محیط کار یا محیطهای دیگر وجود دارند و باعث التهاب بافت ریه میشود، مثال برخی کشاورزان در اثر تنفس گرد و غبار یا سموم شیمیایی دچار التهاب ریه می شوند.
۴. گاهی استفراغ باعث ایجاد پنومونی میشود. با استفراغ، بخشی از محتویات معده وارد ریه ها میشود و موجب التهاب ریه ها میگردد.



## افراد در معرض ابتلا به پنومونی:

- ✓ کودکان و سالمندان خصوصا آنهایی که بیماری مزمن دارند.
- ✓ افراد مبتلا به بیماریهای مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت.
- ✓ افراد سیگاری یا الکلی.
- ✓ افرادی که سیستم ایمنی ضعیف دارند مانند افراد مبتلا به ایدز.
- ✓ افرادی که طحال آنها با جراحی برداشته شده است.

## علائم شایع عبارتند از:

- سرفه، گاهی اوقات همراه با خلط زرد، سبز یا به همراه رگه های خونی
  - تنگی نفس
  - درد قفسه ی سینه، که با نفس کشیدن تشدید می شود
  - تب
  - لرزهای گهگاهی
  - کاهش اشتها
- پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی، ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه ی آزاردهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته باشید که طبیعی است.



## 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:

### ✓ 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 آنفلوانزا و پنومونی به ویژه در مورد افراد پرخطر (آسمی ها، دیابتی ها، افراد مسن، مبتلایان به سرطان، کسانی که پیوند عضو داشته اند، مبتلایان به آمفیزم)