



پنومونی

پنومونی عفونتی است که منجر به التهاب و پرشدن فضاهای داخل ریه و مجاری هوایی از مایع و ترشحات چرکی می‌گردد. به عبارتی، به التهاب بافت ریه که یک یا دو طرف قفسه سینه را درگیر کرده و معمولا در اثر عفونت ایجاد می‌شود، پنومونی یا عفونت ریه گفته می‌شود. این بیماری به خصوص در افراد مسن و کودکان کم سن، خطرناک است.

افراد در معرض خطر:

- با وجود اینکه همه ممکن است به این بیماری مبتلا شوند، ولی برخی مستعد این بیماری هستند، از جمله:
- افراد سیگاری
 - افراد در سنین بسیار بالا و بسیار پایین (نوزادان و افراد مسن) که سیستم دفاعی ضعیف تری دارند
 - کسانی که به هر دلیل سیستم ایمنی بدنشان ضعیف شده است (مثل مبتلایان به ایدز یا کسانی که داروهای شیمی‌درمانی استفاده می‌کنند و یا بیمارانی که سابقه ابتلا به کووید ۱۹ داشته اند)
 - کسانی که مبتلا به بیماری‌هایی تضعیف‌کننده مقاومت بدن نظیر بیماری‌های قلبی، سرطان، سل، نارسایی احتقانی قلب، دیابت، یا بیماری‌های مزمن ریوی هستند
 - افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت
 - افراد پیر و ضعیف
 - افراد الکلی

علت پنومونی:

پنومونی ممکن است در اثر عوامل زیر ایجاد شود:

۱. باکتریها و ویروسها به صورت شایع و در درجات بعدی قارچ
 ۲. استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی
 ۳. استنشاق مواد حساسیت‌زا
 ۴. مواجهه با موادی که در محیط کار یا محیط‌های دیگر وجود دارند (مثلا تنفس گرد و غبار در کشاورزان)
- *** موارد ۲ و ۳ و ۴ باعث بروز التهاب (پنومونی) شیمیایی می‌گردند.
- ورود بخشی از محتویات معده به ریه در اثر استفراغ

علائم پنومونی:



پنومونی بسته به عامل ایجادکننده می تواند علائم مختلفی داشته باشد. تب، درد قفسه سینه، سرفه، کاهش اشتها و ضعف علائم اصلی بیماری هستند.

سرفه در ابتدا ممکن است خشک باشد، اما یک تا دو روز بعد سرفه خلط دار می شود. خلط معمولاً زرد رنگ است و ممکن است رگه های خونی داشته باشد.

تنفس بیمار سریع و سطحی می شود و ممکن است بیمار به نفس نفس زدن بیفتد. در موارد شدید اکسیژن رسانی کاهش می یابد و ممکن است علائم کمبود اکسیژن در فرد بروز کند. تنفس عمیق یا سرفه ممکن است منجر به ایجاد درد عمقی در قفسه سینه شود.



تشخیص پنومونی:

پنومونی با معاینات و برخی اقدامات دیگر (مانند: رادیوگرافی) بیماری تشخیص داده می شود. در موارد نادری ممکن است یک بیماری شبیه به عفونت ریه باشد و به بررسی های بیشتر نیاز باشد. به عنوان مثال سرطان ریه نیز با چنین علائمی بروز می کند.

درمان:

- درمان بیماری با توجه به علت آن انجام می شود. گاهی بیمار به صورت سرپایی درمان و گاه نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارد. پزشک بسته به نوع و شدت بیماری، درمان خوراکی یا تزریقی تجویز می کند.
- مصرف داروهای ضد باکتری، ضد ویروس یا ضد قارچ به صورت خوراکی یا تزریقی، فیزیوتراپی قفسه سینه و در مواردی اکسیژن، درمان های اصلی بیماری محسوب می شوند.
- برای درد خفیف، تب و احتقان ممکن است از داروهای نظیر استامینوفن یا قطره های بینی، اسپری ها یا قرص های ضد احتقان استفاده شود.
- بیماران می توانند از یک دستگاه مرطوب کننده با بخار سرد برای مرطوب کردن هوا استفاده کنند.
- برای کمک به تخلیه ترشحات ریوی (خلط)، بیمار سرفه کند و تنفس عمیق بکشد.



پیشگیری:



- سیگار نکشید. از آنجایی که افراد سیگاری بیش از همه در معرض خطر ابتلا به این بیماری هستند، ترک سیگار مهم‌ترین عامل پیشگیری از این بیماری می‌باشد.
- از تماس با افراد مبتلا به عفونت‌های تنفسی خودداری کنید.
- از مواجهه با سرما یا خیس بودن در هوای سرد خودداری کنید.
- تغذیه مناسب به خصوص در کودکان عامل مهمی در پیشگیری از عفونت‌های ریه است.
- ∑ درمان به موقع عفونت‌های ساده تنفسی، احتمال عفونت ریه را کاهش می‌دهد.
- ویتامین‌های تازه به خصوص ویتامین ث مصرف کنید.
- واکسن می‌تواند از ابتلا به برخی انواع عفونت ریه جلوگیری کند، البته واکسن برای تمام افراد ضروری نیست و بیشتر به افراد در معرض خطر توصیه می‌شود. واکسن‌هایی که بیشتر توصیه به آن‌ها شده است آنفلوآنزا و پنوموکوک است.
- سالخورده‌گان و کودکان کم سن بهتر است در محل‌هایی که احتمال آلودگی در آن‌ها بیشتر است حضور نیابند.
- خودسرانه دارو به خصوص آنتی‌بیوتیک و داروهای حاوی کورتیکواستروئید (مانند پردنیزولون و بتامتازون) مصرف نکنید.
- اگر مبتلا به بیماری‌های مزمن هستید، حتماً برای پیشگیری با پزشک مشورت کنید.
- در صورت ابتلا به سرماخوردگی و یا سایر عفونت‌های تنفسی نکات بهداشتی را رعایت نمایید. زیرا آنفلوآنزا به شدت واگیردار بوده و رعایت نکردن بهداشت، سرفه و عطسه در فضای باز، دست دادن، بوسیدن، استفاده از لیوان و ظروف مشترک سبب انتقال این بیماری می‌شود لذا در مکان‌هایی که اصول اولیه بهداشت فردی رعایت نمی‌شود، شیوع بیشتری دارد.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



آموزش به بیمار

کد ۴

پنومونی

گردآوری و تنظیم: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت
و ارتقا سلامت)

تایید کننده: دکتر واثان مرادیانس (متخصص داخلی، فوق تخصص بیماری
های ریه، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>

