توضیح پنومونی (ذات الریه) :

پنومونی به التهاب حاد ریه ها ناشی از یک عفونت می گویند .

پنومونی بیماری بسیار شایعی است که میلیون ها نفر در سراسر جهان را تحت تاثیر خود قرار می دهد و علایم و نشانه های آن می تواند از علایم بسیار خفیف تا کشنده تغییر کند .

انواع پنومونی :

- پنومونی ناشی از جامعه
- پنومونی ناشی از بیمارستان و سایر مراکز مراقبتی

علل ایجاد پنومونی :

- انواع مختلفی از باکتری ها ، ویروس ها و قارچ ها
- ورود مقدار کمی غذا ، استفراغ و یا مایعات از دهان به ریه ها

علایم پنومونی ممکن است در عرض ۲۴ تا ۴۸ ساعت به طور ناگهانی تشدید شوند و از حالت خفیف به حالتی شدید تبدیل شوند

عوامل خطر ابتلا به پنومونی :

- سیگار کشیدن یا استشمام هوای آلوده
- بیماری های مزمن ریه
- بیماری های قلبی ، دیابت و سیروز کبدی
- اختلالات مغزی مثل سکته مغزی و زوال عقل
- بعد از ضربات و جراحی سرطان ناحیه ی دهان ، گلو و گردن

علایم پنومونی :

- سرفه (خشک یا خلط دار و خلط به رنگ زرد،سبز،قهوه ای یا با رگه های خونی)
- تنفس مشکل
- بی اشتهایی و احساس ضعف در کل بدن
- تب یا لرز شدید ، ضربان قلب تند
- درد در ناحیه قفسه سینه

علایم کم تر شایع :

- سرفه خونی ، تنفس صدا دار
- سر درد ، درد مفاصل و عضلات
- تهوع یا استفراغ
- ضعف بیش از حد
- گیجی و کاهش هوشیاری به ویژه در افراد مسن

تشخیص پنومونی :

- عکس ریه و اسکن ریه
- آزمایش سنجش گازهای خون شریانی
- آزمایشات خونی
- کشت خلط
- برونکوسکوپی
- کشیدن مایع از ریه

درمان پنومونی :

در پنومونی خفیف ، درمان در منزل با استراحت کافی و مصرف مایعات فراوان و آنتی بیوتیک انجام می شود ، ولی گاهی در نوع شدید نیاز به بستری در بیمارستان می باشد .



خودمراقبتی درپیشگیری از پنومونی :

- ✓ در هنگام عطسه و سرفه از دستمال استفاده کنید و یا دهان و بینی خود را با آرنج خود بپوشانید و در صورت استفاده از دستمال آن را سریع دور بیندازید ، چون میکروب ها در خارج از بدن تا چندین ساعت روی دستمال می توانند زنده بمانند
- ✓ برای پیشگیری از انتقال عفونت به دیگران به صورت مرتب دست های خود را بشویید
- ✓ افراد پرخطر مانند افراد مبتلا به آسم،دیابت، سرطان ، پیوند عضو ، آمفیزم ریه ، کودکان ،مادران باردار و سالمندان با نظر پزشک می توانند جهت پیشگیری از پنومونی و آنفلوانزا اقدام به تزریق واکسن نمایند
- ✓ سیگار کشیدن ، مصرف الکل و تزریق مواد مخدر خطر ابتلا به پنومونی را افزایش می دهد
- ✓ داشتن تغذیه سالم و رژیم حاوی ویتامین ث خطر ابتلا به پنومونی را کاهش می دهد
- ✓ بهتر است افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند از افراد مبتلا دور باشند
- ✓ در محل کار و زندگی خود سعی کنید تهویه مناسب داشته باشید که از ابتلای سایر افراد در آن محل نیز خودداری شود

خودمراقبتی در هنگام پنومونی :

- ✓ از بخور گرم استفاده نمایید
- ✓ چند بار در روز و هر بار دو تا سه بار پشت سر هم نفس عمیق بکشید
- ✓ جهت کاهش درد و یا کنترل درد می توانید با نظر پزشک معالج تان داروی مسکن مصرف نمایید
- ✓ استفاده از ضد سرفه توصیه نمی شود ، چون سرفه برای تخلیه ی ریه از خلط و عفونت ضروری است . نوشیدن یک لیوان شربت گرم حاوی عسل و لیمو می تواند بهتر باشد
- ✓ سعی کنید در صورت نداشتن منع ، مایعات فراوان بنوشید
- ✓ به اندازه کافی استراحت کنید

در صورتی که در زمان ابتلا به پنومونی تنفس تند و دردناک ، افزایش سردرد ، سرفه خونی ، تغییر رنگ خلط ، کاهش وزن و تعریق شبانه ، آبی شدن انتهای انگشتان و درد قفسه سینه که با نفس کشیدن بدتر می شود داشتید ، حتماً به پزشک یا اورژانس مراجعه نمایید

دانشگاه علوم پزشکی کردستان
بیمارستان سینا کامیاران

پمفلت آموزشی پنومونی (ذات الریه)

واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۵

منبع:برونر و سودارث

تهیه:فاطمه محمدی(سوپروایزر آموزش سلامت)

آموزش بیشتر در

