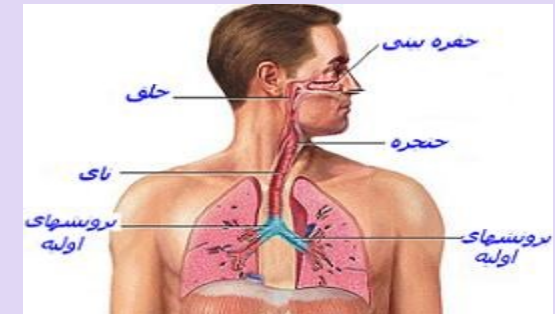


به نام خدا

پنومونی :

پنومونی التهاب بافت ریه است که معمولاً به علت عوامل میکروبی ایجاد می شود. این عوامل معمولاً از سیستم تنفسی فوقانی وارد می شوند ، ولی همیشه ایجاد بیماری نمی کنند . در صورتیکه سیستم ایمنی بدن دچار ضعف شده باشد ، ورود عوامل طبیعی دهان و حلق به ریه ، باعث ایجاد پنومونی می گردد.

افراد در معرض خطر پنومونی اغلب دارای اختلالات زمینه ای مزمن ، بیماری حاد شدید، سرکوب سیستم ایمنی ناشی از بیماری یا دارو ، بی حرکتی و سایر عوامل ایجاد کننده اختلال در مکانیسم های طبیعی حفاظتی ریه می باشند.



علائم بالینی :

علائم بسته به عامل ایجاد کننده و بیماری متفاوت هستند.

* لرز ناگهانی، افزایش سریع درجه حرارت (۳۸/۵ تا ۴۰/۵ درجه سانتیگراد) و تعریق شدید .

* درد قفسه سینه پلوریتیک که با تنفس و سرفه تشدید می شود.

* در موارد شدید بیماری ، افزایش تعداد تنفس (۲۵ تا ۴۵ تنفس در دقیقه) و تنگی نفس .

* افزایش تعداد نبض .

* خلط چرگی ، قهوه ای مایل به سرخ ، حاوی خون ، غلیظ یا سبز بسته به علت ایجاد کننده .

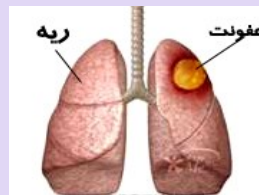
* سایر علائم شامل : تب ، احتقان بینی ، گلودرد و در موارد شدید: گونه های سرخ ، لبها و بستر ناخن های کبود شده .

عوامل خطر:

شامل وضعیتهایی است که مانع از تخلیه ترشحات ریه می شود مثل : بی حرکتی طولانی ، تنفس سطحی ، کاهش سرفه ، سیگار کشیدن ، بیماریهای مزمن ریوی ، بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی و سرطان ، وضعیت های ممنوعیت خوردن از طریق دهان ، بیهوشی عمومی ، سن بالا و درمان با آنتی بیوتیک .

عوارض بیماری:

- نارسایی تنفسی
- عفونت شدید
- کاهش فشارخون
- گیجی



راههای تشخیص:

- معاینه جسمی و گرفتن شرح حال دقیق از بیمار توسط پزشک
- گرفتن عکس سینه
- بررسی خلط
- سایر روشهای تشخیصی



درمان :

درمان به صورت سرپایی و یا پس از بستری در بیمارستان با استفاده از آنتی بیوتیک خوراکی یا تزریقی انجام می گردد.

- درمان با آنتی بیوتیک ها طبق دستور پزشک.
- نوشیدن مایعات فراوان ، استفاده از ضد تب ها و آنتی هیستامین ها یا ضد احتقان های بینی .
- استراحت مطلق تا رفع علائم عفونت.

- اکسیژن درمانی .

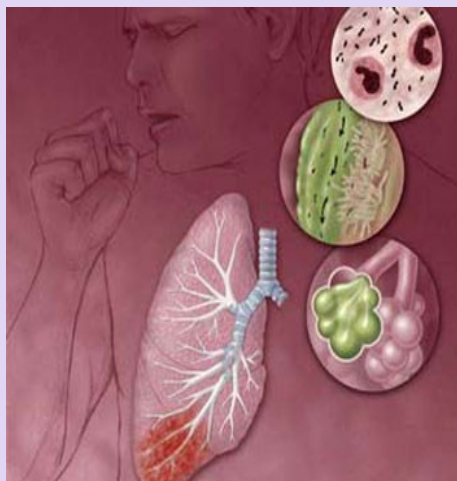
- در موارد شدید استفاده از لوله گذاری داخل تراشه ، تهویه با دستگاه و ..

توصیه ها و اقدامات خودمراقبتی بیمار:

- مایعات کافی بنوشید (۲ تا ۳ لیتر در روز) . جهت رقیق شدن ترشحات.
- تنفس عمیق انجام دهید.
- انجام فیزیوتراپی تنفسی و سرفه مؤثر، به خروج ترشحات ریه و بهبود وضعیت شما کمک می کند.
- می توانید جهت فراهم نمودن هوای مرطوب برای تنفس از ماسک استفاده نمایید.
- استراحت نمایید ، فعالیت بیش از حد نشانه ها و علائم را تشدید می کند.
- برای تنفس راحت تر می توانید در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- از خوابیدن طولانی مدت در یک وضعیت خودداری کنید.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک توسط پزشک معالجتان ، دوره درمان را کامل نمایید.
- بهداشت دهان خود را رعایت کنید.
- در صورت سیگاری بودن ، سیگار را ترک نمایید.
- از مصرف الکل خودداری نمایید.
- بهداشت فردی خود را برای پیشگیری از انتقال عفونت رعایت کنید (هنگام سرفه سر خود را به طرف دیوار برگردانید ، از دستمال یکبار مصرف استفاده کنید و دستهای خود را با آب و صابون بشوید).
- دریافت واکسن آنفولانزا و پنوموواکس توصیه می شود.

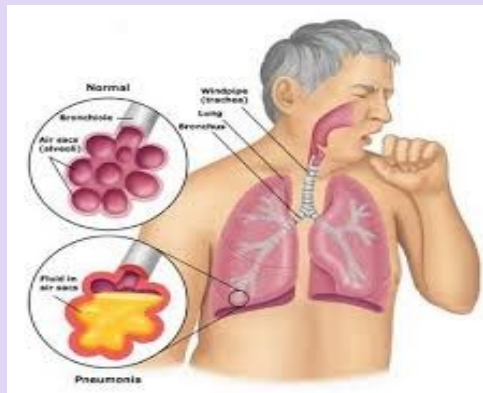
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز
شبکه بهداشت و درمان شهرستان نظرآباد
بیمارستان امام حسن مجتبی(ع)

پنومونی



- سعی کنید اتاق استراحت شما تهویه مطلوبی داشته باشد.
- از دستگاه بخور برای مرطوب کردن هوای استنشاقی استفاده نمایید.
- در تاریخ معین جهت پیگیری درمان به پزشک خود مراجعه نمایید.

یکبار ابتلا به پنومونی و یا درمان ناقص آن شما را مستعد ابتلا به عفونتهای عود کننده تنفسی می نماید.



قابل توجه مددجویان محترم :

واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سوالات شما در خصوص پیشگیری، درمان، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد. در صورت نیاز، می توانید از ساعت ۱۴-۱۲ با شماره تلفن بیمارستان (۷-۴۵۳۵۵۹۵۳ ، داخلی ۳۰۵) تماس حاصل نمایید.

<https://emamhasan.abzums.ac.ir/>

با سپاس - واحد ارتقاء سلامت

با آرزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی



- **رژیم غذایی:** ممکن است به علت تنگی نفس و خستگی اشتهاى شما کاهش یابد ، اگر بیماری قلبی ندارید مایعات فراوان (۸-۱۲ لیوان) بنوشید، زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می کند.
- رژیم غذایی مناسب شامل همه گروههای غذایی استفاده نمایید و برای افزایش ایمنی از مواد غذایی مانن پرتقال ، نارنگی، نارنج ، هویج ، و انواع مغزها استفاده نمایید.
- سعی کنید با حفظ روحیه و پیشگیری از عوامل اضطراب آور و مصرف مواد غذایی سالم ، سیستم ایمنی خود را تقویت نمایید.
- اول پاییز جهت واکسیناسیون بر علیه آنفولانزا ، با پزشک خود مشورت نمایید.
- از فعالیت بیش از حد در طی دوره بهبودی خودداری نمایید و در بین فعالیت ، دوره هایی از استراحت بگنجانید.
- در هوای آلوده از منزل خارج نشوید.
- هنگام بیرون رفتن از منزل ، لباس گرم و مناسب بپوشید.
- از ماسک یا شال گردن هنگام خروج از منزل به خصوص در باد و کوران استفاده کنید.
- از مصرف مواد غذایی تحریک کننده مانند غذاهای چرب ، سرخ شده و پرادویه خودداری نمایید.
- از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.
- از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده ، وایتکس و شیشه شوی اجتناب نمایید.

تهیه کننده : واحد ارتقاء سلامت و آموزش به بیمار - بهار ۹۹

بازنگری: بهار ۱۴۰۳

منبع: لطیفی ، معصومه - شبان ، مرضیه - درسنامه پرستاری داخلی- جراحی برونر و سوارث (تنفس و تبادلات گازی) ، ۲۰۱۹، جلد۵ - نشر جامعه نگر