

بیماری التهابی بافت ریه است که توسط عوامل عفونی ایجاد می‌شود. این عوامل معمولاً از سیستم تنفسی فوقانی وارد می‌شوند، ولی همیشه ایجاد بیماری نمی‌کنند. در صورتیکه سیستم ایمنی بدن دچار ضعف شده باشد، ورود عوامل طبیعی دهان و حلق به ریه، باعث ایجاد پنومونی می‌گردد.

عوامل خطر:

شامل وضعیت‌هایی است که مانع از تخلیه‌ی ترشحات ریه می‌شود مثل: بی‌حرکتی طولانی، تنفس سطحی، کاهش سرفه، سیگار کشیدن، بیماری‌های مزمن ریوی، بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی و سرطان، ممنوعیت خوردن از طریق دهان، بیهوشی عمومی، سن بالا و درمان با آنتی‌بیوتیک.

علائم و نشانه‌های بیماری:

سردرد، تب مختصر، درد سینه، احساس کسالت، تنگی نفس، سرفه، درد عضلانی.

عوارض بیماری:

نارسایی تنفسی

- عفونت شدید
- کاهش فشارخون
- گیجی

راههای تشخیصی:

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

درمان طبی:

درمان به صورت سرپایی و یا پس از بستری در بیمارستان با استفاده از آنتی‌بیوتیک خوراکی یا تزریقی انجام می‌گردد.

آموزش حین بستری:

- ★ تنفس عمیق انجام دهید.
- ★ سرفه کنید تا ترشحات ریوی خارج گردد.
- ★ مرتب تغییر وضعیت داده و ورزشهای تنفسی را با کمک پرسنل انجام دهید.
- ★ بهداشت دهان خود را رعایت کنید.

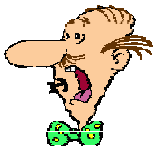


★ از کشیدن سیگار خودداری کنید.

★ از مصرف الکل خودداری نمایید.

★ از خوابیدن طولانی در یک وضعیت خودداری کنید.

★ 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).



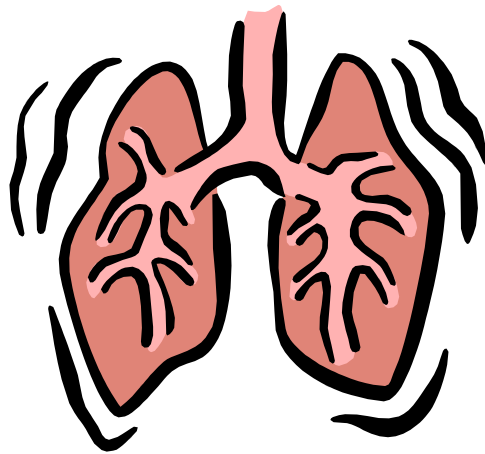
رژیم غذایی:

◆ ممکن است به علت تنگی نفس و خستگی، اشتهای 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 می‌کند.

◆ رژیم غذایی مناسب و از همه‌ی گروه‌های غذایی استفاده نمایید و برای افزایش ایمنی از مواد غذایی مانند: پرتقال، نارنگی، هویج و انواع مغزها استفاده نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
مرکز آموزشی درمانی ضیائیان
No B۶



در مورد

پنومونی (ذات الریه)

چه می دانید؟

بهار ۱۴۰۰

پمفلت آموزشی مددجو

- ◀ 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 کنید.

ابتلا به پنومونی

و یا درمان ناقص آن شما را

مستعد ابتلا به عفونت های عود

کننده ی تنفسی می نماید.

دانشگاه علوم پزشکی تهران

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت های آموزش به بیمار

و یا <http://www.ziaeian.ir>

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

آموزش پس از ترخیص:

- ◀ 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 بربض آنفلوآنزا، با پزشک خود مشورت نمایید.
- ◀ از فعالیت بیش از حد در طی دوره ی 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 خوش بو کننده، وایتکس و غیره اجتناب نمایید.