

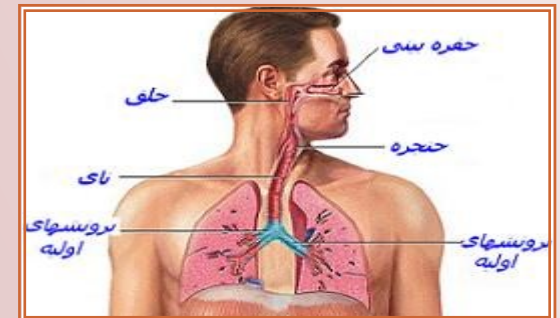
پنومونی یا ذات‌الریه بیماری التهابی بافت ریه است که توسط عوامل عفونی ایجاد می‌شود. این عوامل معمولاً از سیستم تنفسی فوقانی وارد می‌شوند، ولی همیشه ایجاد بیماری نمی‌کنند. در صورتیکه سیستم ایمنی بدن دچار ضعف شده باشد، ورود عوامل طبیعی دهان و حلق به ریه، باعث ایجاد پنومونی می‌گردد.

عوامل خطر:

شامل وضعیت‌هایی که مانع از تخلیه‌ی ترشحات ریه می‌شود مانند: بی‌حرکتی طولانی، تنفس سطحی، کاهش سرفه، سیگار کشیدن، بیماری‌های مزمن ریوی، بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی و سرطان، وضعیت‌های 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 قلبی
- عفونت شدید
- کاهش فشارخون
- گیجی

راه‌های تشخیص:

- معاینه جسمی و گرفتن شرح حال دقیق 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 به بیمار در 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 بشویید.

رژیم غذایی:

ممکن است به علت تنگی نفس و خستگی اشتهای شما کاهش یابد، اگر بیماری قلبی ندارید مایعات فراوان (۱۲ - ۸ لیوان) بنوشید، زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می‌کند.

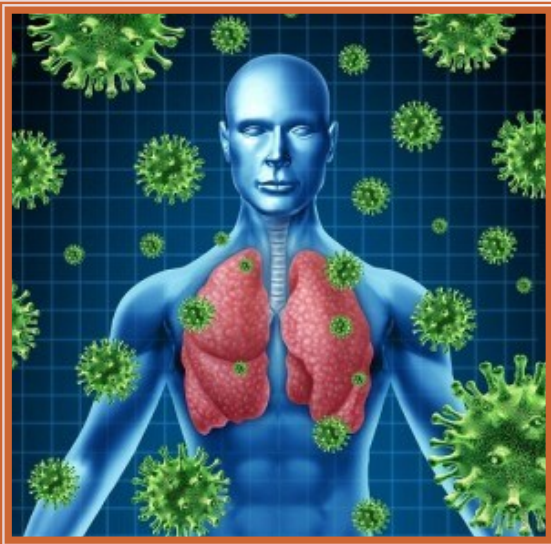
رژیم غذایی مناسب شامل همه‌ی گروه‌های غذایی استفاده نمایید، و برای افزایش ایمنی از مواد غذایی مانند: پرتغال، نارنگی، نارنج، هویج و انواع مغزها استفاده نمایید.



بیمارستان فرمانیه

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

پنومونی (ذات الریه) چیست ؟



تاریخ تدوین : بهار ۹۰

تاریخ بازنگری : بهار ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۳

Code : FH-Pam:9-34

- 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.
- یکبار ابتلا به پنومونی و یا در مان ناقص آن شما را مستعد ابتلا به عفونت‌های عودکننده‌ی تنفسی می‌نماید.

با آرزوی سلامتی و موقیت
برای شما

چند نکته‌ی مهم:

- سعی کنید با حفظ روحیه و پیشگیری از عوامل اضطراب‌آور و مصرف مواد غذایی سالم، سیستم ایمنی خود را تقویت نمایید.
- اول پاییز جهت واکسیناسیون بر علیه آنفلونزا، با پزشک خود مشورت نمایید.
- از فعالیت بیش از حد در طی دوره‌ی بهبودی خودداری نمایید و در بین فعالیت، دوره‌هایی 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 پُرادویه خودداری نمایید.
- از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.
- از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده، و ایتکس و شیشه شوی اجتناب نمایید.