

پنومونی یا ذات الریه چیست؟

پنومونی به معنای عفونت شدید ریه هاست که اغلب نیاز به درمان با آنتی بیوتیک دارد. اگر مال عمومی شما خوب باشد، احتمالاً به طور کامل بعد از این بیماری بهبود فواید یافت، اما بعضی وقتها این بیماری میات افراد را نیز تهدید می کند. چنانچه وضعیت سلامتی شما خوب نباشد، پنومونی میتواند شما را بسیار بدمال کرده و عفونت ناشی از آن می تواند زندگی شما را به مخاطره اندازد.

پنومونی به معنای التهاب بافت ریه است که اغلب ناشی از عفونت میباشد. پنومونی اغلب شدیدتر از برونشیت است (برونشیت به معنای التهاب یا عفونت راههای هوایی بزرگ یعنی برونش ها است) گاهی اوقات برونشیت و پنومونی همزمان رخ میدهند که به آن برونکوپنومونی می گویند.

علائم پنومونی چیست؟

علائم معمول شامل سرفه، تب، تعریق، لرز، کم اشتها، و احساس عمومی نافوشی و کسالت است. سردرد و سایر دردها شایع هستند. معمولاً در این زمان، خلط بیشتری تولید می شود که ممکن است زرد یا سبز و متی گاهی اوقات ماوی رگه های فون باشد. شما ممکن نفس کم بیاورید، تندتر نفس بکشید و یا دچار احساس گرفتگی در قفسه سینه شوید. در صورتی که پرده بین ریه ها و دیواره سینه (پلور نیز دچار عفونت شود، ممکن است درد شدیدی در کناره ها قفسه سینه مس نمایید. پزشک در زمان معاینه شما با گوش صدای غیر طبیعی را در ریه هایتان می شنود.

پیشگیری از ذات الریه امکان پذیر است.

از آنجایی که ذات الریه از جمله عوارض جانبی بیماری آنفولانزا می باشد. لذا پیشگیری از ابتلا به آنفولانزا روش پیشگیری مناسبی جهت عدم ابتلا به ذات الریه است. امروزه واکسن هایی وجود دارند که می توانند در برابر پنوموکوک که منجر به بروز ذات الریه باکتریایی می شود مقابله کنند.

بالاترین میزان فطر پنومونی پنوموکوکی در بین افرادی است که:

- ۱- دارای بیماریهای مزمنی نظیر بیماریهای ریوی، قلبی، کلیوی، کم فونی داسی شکل یا مرض قند می باشند.
- ۲- از بیماری بسیار شدیدی بهبود یافته اند.
- ۳- افرادی که سن ۶۵ سال به بالا دارند.

قابل توجه:

در مورد زنان حامله و کودکان زیر ۲سال واکسیناسیون توصیه نمی شود.

اگر شما دچار علائم ذات الریه شدید:

بلافاصله به پزشک خود اطلاع دهید. علیرغم وجود آنتی بیوتیک های مختلف، تشفص زود هنگام و درمان به موقع بسیار مهم است. متمماً به توصیه های پزشک خود عمل کنید. در موارد بسیار شدید امکان دارد پزشک شما توصیه کند که درمان را در بیمارستان انجام دهید. گاهی اوقات نیز امکان دارد درمان در خانه عملی باشد. داروهایی که توسط پزشک شما تجویز شده است تا زمانیکه وی توصیه می نماید مصرف کنید. این امر به جلوگیری از عود مجدد ذات الریه کمک خواهد کرد. همواره به خاطر داشته باشید اگر چه این بیماری به خوبی قابل درمان است اما می تواند بسیار خطرناک باشد. در صورت ابتلا، همگاه درمان را به تأخیر نیندازید و بلافاصله آنها شروع کنید.

مراقبت و درمان:

۱- دادن داروهای تجویز شده

الف) آنتی بیوتیک ها برای درمان پنومونی باکتریال مورد استفاده دارد.

ب) آنتی بیوتیک ها برای پنومونی ویرال استفاده نمی شوند. اماممکن است برای کاهش فطر عفونت باکتریال ثانویه تجویز شود

۲- بهبود اکسیژن رسانی و یک الگوی طبیعی تنفس:

الف) تجویز گشادکننده های مجاری هوایی، ضد التهابها، مل کرده ترشحات و اکسپکتورانت ها

ب) بالا بردن سر تفت برای اینکه بیمار یک حالت راحت تر داشته باشد

پ) تجویز اکسیژن در صورت نیاز

ت) انجام فیزیوتراپی قفسه سینه در مد تحمل بیمار

ث) تغییر پوزیشن دوره ای بیمار باید انجام شود، از یک طرف به طرف دیگر و از جلو به عقب بپایب بود ترشح برونش و بهبود اتساع و تهویه تمام نواحی ریه

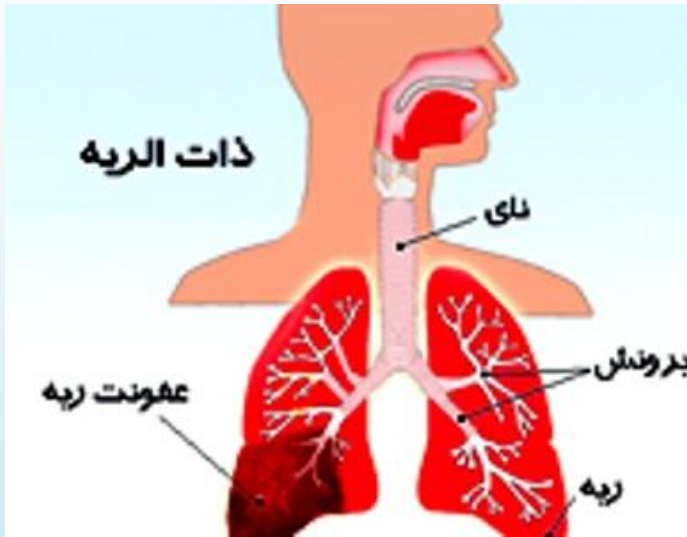
ج) تشویق بیمار به تخلیه خلط

اقدامات پرستاری که برای این بیماران توصیه میشود شامل:

- دریافت مایعات ۲ تا ۳ لیتر در روز افزایش یابد تا ترشحات کاهش یابد (البته در صورت عدم منع توسط پزشک)
- با استفاده از ماسک صورت رطوبت کافی را فراهم کند.
- تشویق به سرفه های موثر و فیزیوتراپی تنفسی
- مایعات و غذای وریدی در صورت لزوم تجویز شود.
- پرهیز از افزایش فعالیت های که ممکن است علائم را تشدید کند و استراحت داشته باشد.
- در صورت استفاده از دفانیات آن را قطع کند

آموزش به بیمار پنومونی

راهنمای بیمار



Shahindezh.edh@umsu.ac.ir

شماره تلفن: ۴۶۳۲۲۱۳۵ دافلی ۲۵۱۴

در صورت هر گونه سوال در فصول بیماری با ایمیل و یا شماره

تلفن فوق در روزهای شنبه، دوشنبه و چهارشنبه تماس حاصل

فرمایید.

۷- برای جایگزینی مایعات از آبمیوه نیز می توانید استفاده کنید، بهتر است از میوه هایی که ماوی بیشتری هستند مانند آناناس، پرتقال و ویتامین C، سبب استفاده کنید. میوه و سبزیجات تازه ماوی آنتی اکسیدان هایی هستند که به زدودن سموم بدن کمک زیادی می کنند.

۸- در ضمن مصرف نوشیدنی های ممرک مانند قهوه، نسکافه و چای پُرننگ را تا پایان بیماری متوقف کنید

نکته:

۱. در صورتی که به ذات الریه مبتلا شدید، تماس با دوستان و اقوام را محدود کنید تا از انتقال بیماری به آن ها پیشگیری شود و همچنین همواره هنگام سرفه یا عطسه، بینی و دهان خود را بپوشانید.

۲. ذات الریه می تواند فیلی شدید و تهدید کننده میات باشد، بنابراین بهتر است اقدامات پیشگیرانه را (رعایت کنید تا دچار این بیماری نشوید. از جمله ی این موارد می توان به شستن مکرر دست ها با آب و صابون یا ژل های ضد عفونی کننده اشاره کرد.

۳. - در مورد زمان برگشت به فعالیت های عادی روزانه با پزشک خود مشورت کنید.

منبع: درسنامه پرستاری دافلی جراحی - برونر سوارث

تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت - اسفند ۱۴۰۲

مشاور علمی: دکتر رمتهی _ متفحص عفونی

تغذیه:

علاوه بر رژیم دارویی خاص بیماری، رعایت رژیم غذایی مناسب باعث کاهش شدت بیماری و تقویت بدن برای مقابله با بیماری می شود.

۱- نکته ی مهم این است که رژیم غذایی بیمار نباید به گونه ای باشد که هنگام بلع موجب تمریکسرفه نشود. همچنین باید از مسم کمتر برفوردار باشد تا با افزایش حجم معده موجب تشدید تنگی نفس نشود.

۲- در این بیماران در صورت وجود حالت تهوع باید به سرعت آن را درمان کرد تا منجر به بروز استفراغ نشود.
۳- در دوره ی ماد بیماری مصرف شیر، عصاره ی گوشت، سوپ و سفیده ی تخم مرغ توصیه میشود و در نقطه ی مقابل، غذاهای نشاسته ای و شیرین باید برای مدتی کنار گذاشته شوند.

۴- مصرف مایعات نباید فراموش شود و متی مصرف مایعات فنک هم برای این بیماران بلا مارج هستند. مصرف مایعات باعث می شود تا کلیه ها آسان تر بتوانند مواد زائد را از فون خارج کنند.

۵- مایعات گازدار برای کاهش غلظت فلت مفید هستند و تا مدی که موجب اتساع شدید معده نشوند، می توان از آن ها استفاده کرد.

۶- بهتر است تا دو سه روز پس از پایین آمدن تب از غذاهای سبک استفاده کنید، پس از آن می توانید کم کم غذاهای جامد مانند گوشت، تخم مرغ و... را شروع کنید. غذاها باید به گونه ای باشند که به راحتی توسط دستگاه گوارش بیمار قابل هضم باشند.