

پنومونی یا ذات الریه چیست؟

پنومونی به معنای عفونت شدید ریه هاست که اغلب نیاز به درمان با آنتی بیوتیک دارد. اگر حال عمومی شما خوب باشد، احتمالاً به طور کامل بعد از این بیماری بهبود خواهید یافت، اما بعضی وقتها این بیماری حیات افراد را نیز تهدید می کند. چنانچه وضعیت سلامتی شما خوب نباشد، پنومونی میتواند شما را بسیار بدحال 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 برونشها 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 ناخوشی 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 حتی گاهی اوقات حاوی رگه های خون باشد. شما ممکن است 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 کنارها قفسه سینه حس 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 خطر پنومونی پنوموکوکی در بین افرادی است که:

- ۱- دارای بیماریهای مزمنی نظیر بیماریهای ریوی، قلبی، کلیوی، کم خونی 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، تشخیص زود هنگام و درمان به موقع بسیار مهم است. حتماً 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 تازمانیکه 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، هیچگاه درمان را به تأخیر نیندازید و بلافاصله آنرا 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 اما ممکن است برای کاهش خطر عفونت باکتریال ثانویه تجویز شود

۲- بهبود اکسیژن رسانی و یک الگوی طبیعی تنفس:

الف) تجویز گشادکننده های مجاری هوایی، ضد التهابها، حل کننده ترشحات و اکسپکتورانت ها

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

پ) تجویز اکسیژن در صورت نیاز

ت) انجام فیزیوتراپی قفسه سینه در حد تحمل بیمار

ث) تغییر پوزیشن دوره ای بیمار باید انجام شود، از یک طرف به طرف دیگر و از جلو به عقب برای بهبود 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.

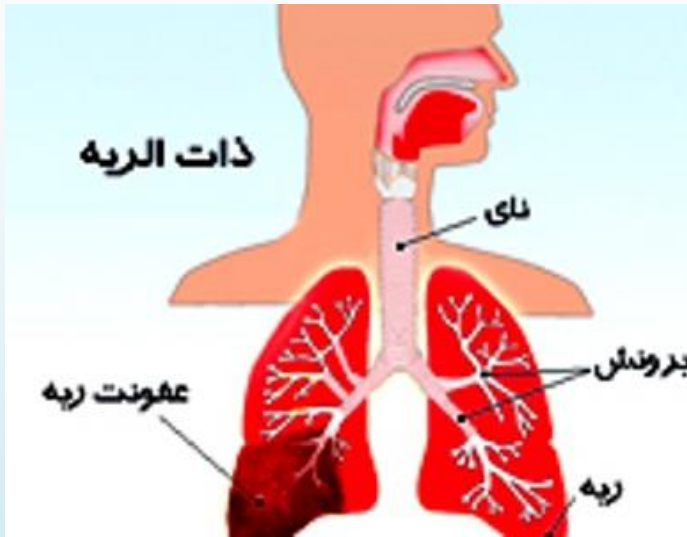
- پرهیز از افزایش فعالیت های که ممکن است علائم را تشدید کند

و استراحت داشته باشد.

- در صورت استفاده از دخانیات آن را قطع کند

آموزش به بیمار پنومونی

راهنمای بیمار



Shahindezh.edh@umsu.ac.ir

شماره تلفن: ۴۶۳۲۲۱۳۵ داخلی ۲۵۴

در صورت هر گونه سوال در خصوص بیماری با ایمیل و یا شماره
تلفن فوق در روزهای شنبه، دوشنبه و چهارشنبه تماس حاصل
فرمایید.

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

۸- در ضمن مصرف نوشیدنی های محرک مانند قهوه، نسکافه و
چای پررنگ 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 خیلی شدید و تهدید کننده ی حیات
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 داخلی جراحی - برونر سوارث

تهیه و تنظیم: سوپروایزر آموزش سلامت (حسین زاده)

بهار ۱۴۰۵

مشاور علمی: دکتر رحمتی_متخصص 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 تحریک سرفه نشود. همچنین
باید از حجم کمتری برخوردار 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 حاد 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 حتی مصرف مایعات
خنک هم برای این بیماران بلامانع هستند. مصرف مایعات
باعث می شود تا کلیه ها آسان تر بتوانند مواد زائد را از خون
خارج کنند.

۵- مایعات گازدار برای کاهش غلظت خلط مفید
هستند و تا حدی 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 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.