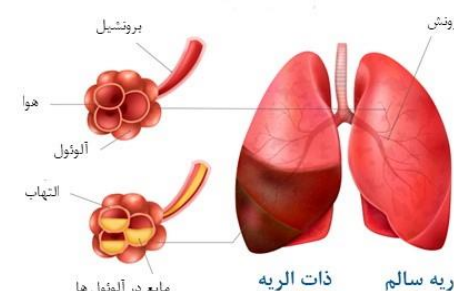




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

ذات الریه



ذات الریه (پنومونی)

سوپروایزر آموزش سلامت: ملاشیخی

رابط آموزشی: پارسا احمدی

SE H-ED-PA-027-01

1404

بینی انسان برای محافظت از میکروبها، گرد و غبار و دیگر عوامل عفونی از مخاط و مو پوشیده شده است. هنگامی که مخاط بینی قادر به جلوگیری از چنین اتفاقی نیست این عوامل عفونی به اندامهای داخلی وارد و تقسیم فراوان انجام داده و منجر به بیماری می شوند.

تعریف ذات الریه یا پنومونی: به التهاب بافت ریه اطلاق می

شود. که توسط میکروارگانیسم های گوناگون از جمله باکتری ها، ویروس ها و یا قارچ پدید می آید؛ که می تواند شما را بسیار بد حال کند شما ممکن است سرفه، تب و تنفس سخت هم پیدا کنید برای اکثر افراد، ذات الریه می تواند در خانه درمان شود و اغلب در ۲ تا ۳ هفته پاک می شود؛ اما افراد مسن، کودکان و افراد مبتلا به بیماریهای دیگر می تواند بسیار بد حال شده و ممکن است نیاز به بستری در بیمارستان داشته باشند. شما می توانید ذات الریه را در زندگی روزانه مانند مدرسه یا محل کار دریافت کنید که به آن پنومونی مرتبط با جامعه میگویند شما همچنین می توانید آن را زمانی که در یک بیمارستان و یا اتاق پرستاری هستید دریافت کنید که به آن پنومونی بیمارستانی گفته می شود که ممکن است شدیدتر باشد.

تشخیص پنومونی: با رادیوگرافی و معاینات پزشک انجام می شود.

علائم پنومونی:

- تب و لرز، کم اشتها، سردرد.
- درد قفسه سینه، تنفس عمیق یا سرفه، منجر به درد عمیق در قفسه سینه می شود.
- سرفه که در ابتدا خشک است. اما ۱ تا ۲ روز بعد، سرفه خلط دار می شود. خلط معمولاً زرد رنگ است و ممکن است رگه های خونی داشته باشد.
- تنگی نفس، تنفس سریع و سطحی.

عوامل مختلفی در ایجاد پنومونی نقش دارند از جمله:

1. ویروسها، باکتریها، قارچ ها و انگل ها. در بیشتر موارد نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است.
2. استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارها سمی و مواد حساسیت زا که باعث التهاب ریه می شوند.
3. مواجه با موادیکه در محیط کار یا محیطهای دیگر وجود دارند و باعث التهاب بافت ریه می شوند. مثلاً برخی کشاورزان در اثر تنفس گردوغبار یا سموم شیمیایی دچار التهاب ریه می شوند.
4. گاهی استقراغ باعث ایجاد پنومونی می شود. با استقراغ، بخشی از محتویات معده وارد ریه های شما می شود و موجب التهاب ریه ها می گردد.

افراد در معرض ابتلا به پنومونی:

1. کودکان و سالمندان خصوصا آن هایی که بیماری مزمن دارند.
2. افراد مبتلا به بیماریهای مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم و دیابت.
3. افراد سیگاری یا الکلی
4. افرادی که سیستم ایمنی ضعیف دارند مانند افراد مبتلا به ایدز
5. افرادی که طحال آنها با جراحی برداشته شده است.

رعایت نکات زیر در بیمار مبتلا به پنومونی مهم است:

1. دوره درمان را کامل نمایید آنتی بیوتیک تجویز شده را با معده خالی و در ساعت مقرر مصرف کنید در صورت تحریک معده دارو را همراه شیر یا غذا میل نمایید. در صورت فراموش کردن یک دوز دارو در عرض 8 ساعت می توانید دارو را مصرف کنید در غیر این صورت دوز بعدی را در ساعت مقرر مصرف نمایید و دوز دارو را دو برابر نکنید.

2. از یک دستگاه مرطوب کننده با بخار سرد برای مرطوب کردن هوا استفاده کنید. ریختن دارو درون دستگاه مرطوب کننده جهت بخور احتمالا سودمند نخواهد بود. دستگاه مرطوب کننده را هر روز تمیز کنید.
3. از یک بالش گرم کننده یا کمپرس گرم بر روی قفسه سینه برای تخفیف درد سینه استفاده کنید.
4. سرفه کردن و نفس عمیق جهت کمک به تخلیه ترشحات ریوی بسیار مؤثر است.
5. جهت بهبودی الگوی تنفسی می توانید در حالت نشسته و یا ایستاده کمی به جلو خم شوید و تنفس را با لب های غنچه انجام دهید با خم شدن به جلو به طور خودکار به جای تنفس با عضلات فرعی، تنفس دیافراگمی خواهید داشت.
6. از محرک ها مثل سیگار و گردوغبار اجتناب نمایید و از استرس که موجب افزایش نیاز به اکسیژن می شود پرهیز نمایید.
7. برای درد خفیف، تب و احتقان ممکن است از داروهای بدون نسخه، نظیر استامینوفن یا قطره های بینی، اسپری ها یا قرص های ضد احتقان استفاده شود.
8. فعالیت: استراحت در بستر تا هنگام برطرف شدن تب، درد و کوتاهی نفس حداقل به مدت 48 ساعت ضروری است. پس از آن می توان فعالیت های طبیعی را به آهستگی از سر گرفت. بسیاری از بیماران تا 6 هفته پس از بهبودی احساس خستگی و ضعف دارند، بنابراین نباید انتظار داشت که بیمار به سرعت بتواند اولیه خود بازگردد.
9. رژیم غذایی: رژیم خاصی نیاز نیست، ولی باید به هر طریق ممکن سعی شود تا میزان دریافتی مواد مغذی و مایعات در حد طبیعی حفظ شود. هر ساعت باید حداقل یک لیوان پر، مایعات مصرف شود. این کار به رقیق تر شدن ترشحات ریوی و در نتیجه تخلیه آسان تر با سرفه کمک میکند.

در این شرایط به پزشک خود مراجعه نمایید:

1. اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تن دارای علائم پنومونی ویروسی باشید.
2. افزایش درجه حرارت به بالاتر از 38/9 درجه سانتیگراد.
3. درد غیر قابل تحمل، با وجود مصرف مسکن و گرم کردن محل درد.
4. تشدید کوتاهی نفس.
5. کبودی پیشرونده ناخن ها و پوست
6. خلط خونی
7. تهوع، استفراغ یا اسهال.
8. داشتن همزمان هر یک از بیماری های قلبی ریوی کلیوی دیابت در زمان بروز پنومونی.