

## توضیح پنومونی ( ذات الریه ) :

پنومونی به التهاب حاد ریه ها ناشی از یک عفونت می گویند .

پنومونی بیماری بسیار شایعی است که میلیون ها نفر در سراسر جهان را تحت تاثیر خود قرار می دهد و علائم و نشانه های آن می تواند از علائم بسیار خفیف تا کشنده تغییر کند .

## انواع پنومونی :

- پنومونی ناشی از جامعه
- پنومونی ناشی از بیمارستان و سایر مراکز مراقبتی

## علل ایجاد پنومونی :

- انواع مختلفی از باکتری ها ، ویروس ها و قارچ ها
- ورود مقدار کمی غذا، استفراغ و یا مایعات از دهان به ریه ها

**علائم پنومونی ممکن است در عرض ۲۴ تا ۴۸ ساعت به طور ناگهانی تشدید شوند به از حالت خفیف به حالتی شدید تبدیل شوند**

## عوامل خطر ابتلا به پنومونی :

- سیگار کشیدن یا استنشام هوای آلوده
- بیماری های مزمن ریه
- بیماری های قلبی ، دیابت و سیروز کبدی
- اختلالات مغزی مثل سکته مغزی و زوال عقل
- بعد از ضربات و جراحی سرطان ناحیه ی دهان ، گلو و گردن

## علائم پنومونی :

- ❖ سرفه ( خشک یا خلط دار و خلط به رنگ زرد، سبز، قهوه ای یا با رگه های خونی )
- ❖ تنفس مشکل
- ❖ بی اشتهايي و احساس ضعف در کل بدن
- ❖ تب یا لرز شدید ، ضربان قلب تند
- ❖ درد در ناحیه قفسه سینه

## علائم کم تر شایع :

- ❖ سرفه خونی ، تنفس صدا دار
- ❖ سر درد ، درد مفاصل و عضلات
- ❖ تهوع یا استفراغ
- ❖ ضعف بیش از حد
- ❖ گیجی و کاهش هوشیاری به ویژه در افراد مسن

## تشخیص پنومونی :

- عکس ریه و اسکن ریه
- آزمایش سنجش گازهای خون شریانی
- آزمایشات خونی
- کشت خلط
- برونکوسکوپی
- کشیدن مایع از ریه

## درمان پنومونی :

در پنومونی خفیف درمان در منزل با استراحت کافی و مصرف مایعات فراوان و آنتی بیوتیک انجام می شود ، ولی گاهی در نوع شدید نیاز به بستری در بیمارستان می باشد .





دانشگاه علوم پزشکی کردستان  
بیمارستان سینا کامیاران

## پمفلت آموزشی پنومونی ( ذات الریه )

## واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: برونر و سوارث



آموزش بیشتر در



## خودمراقبتی در هنگام پنومونی :

- ✓ از بخور گرم استفاده نمایید
- ✓ دو تا سه بار پشت سر هم نفس عمیق بکشید
- ✓ جهت کاهش درد و یا کنترل درد می توانید با نظر پزشک معالج تان داروی مسکن مصرف نمایید
- ✓ استفاده از ضد سرفه توصیه نمی شود ، چون سرفه برای تخلیه ی ریه از خلط و عفونت ضروری است . نوشیدن یک لیوان شربت گرم حاوی عسل و لیمو می تواند بهتر باشد
- ✓ سعی کنید در صورت نداشتن منع ، مایعات فراوان بنوشید
- ✓ به اندازه کافی استراحت کنید

## در صورتی که در زمان ابتلا به پنومونی

**تنفس تند و دردناک ، افزایش سردرد ، سرفه**

**خونی ، تغییر رنگ خلط ، کاهش وزن و**

**تعریق شبانه ، آبی شدن انتهای انگشتان و**

**درد قفسه سینه که با نفس کشیدن بدتر می**

**شود داشتید حتما به پزشک یا اورژانس**

**مراجعه نمایید**

## خودمراقبتی در پیشگیری از پنومونی :

- ✓ در هنگام عطسه و سرفه از دستمال استفاده کنید و یا دهان و بینی خود را با ناحیه ی آرنج خود بپوشانید و در صورت استفاده از دستمال آن را سریع دور بیندازید، چون میکروب ها در خارج از بدن تا چندین ساعت روی دستمال می توانند زنده بمانند
- ✓ برای پیشگیری از انتقال عفونت به دیگران به صورت مرتب دست های خود را بشویید
- ✓ افراد پرخطر مانند افراد مبتلا به آسم، دیابت، سرطان ، پیوند عضو ، آمفیزم ریه ، کودکان ، مادران باردار و سالمندان با نظر پزشک می توانند جهت پیشگیری از پنومونی و آنفلوآنزا اقدام به تزریق واکسن نمایند
- ✓ سیگار کشیدن ، مصرف الکل و تزریق مواد مخدر خطر ابتلا به پنومونی را افزایش می دهد
- ✓ داشتن تغذیه سالم و رژیم حاوی ویتامین ث خطر ابتلا به پنومونی را کاهش می دهد
- ✓ بهتر است افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند از افراد مبتلا دور باشند
- ✓ در محل کار و زندگی خود سعی کنید تهویه مناسب داشته باشید که از ابتلای سایر افراد در آن محل نیز خودداری شود