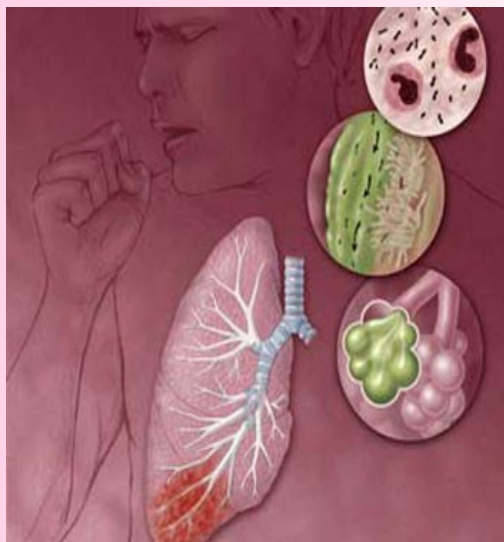




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اهواز

پداتان نال...

پنومونی



- 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 نمایید.

قابل توجه مددجویان محترم :
واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سؤالات شما در خصوص پیشگیری، درمان، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد. در صورت نیاز، می توانید با شماره تلفن بیمارستان (۳۳۳۲۰۱۲۵ داخلی ۲۴۱) و یا آدرس اینترنتی <https://sarallah.abzums.ac.ir> تماس حاصل نمایید.
با سپاس

تهیه و تنظیم: واحد آموزش و ارتقاء سلامت بازنگری

اردیبهشت ۱۴۰۲

منابع: نصیری زیبا، فریبا - درسنامه پرستاری داخلی

- جراحی برونر سودارث (داخلی) ۲۰۱۴، جلد ۹-

نشر جامعه نگر

- رژیم غذایی مناسب شامل همه گروه های غذایی استفاده نمایید و برای افزایش ایمنی از مواد غذایی مانند پرتقال، نارنگی، نارنج، هویج و انواع مغزها استفاده نمایید.
- سعی کنید با حفظ روحیه و پیشگیری از عوامل اضطراب آور و مصرف مواد غذایی سالم، سیستم ایمنی خود را تقویت نمایید.
- اول پاییز جهت واکسیناسیون بر علیه آنفولانزا، با پزشک خود مشورت نمایید.
- از فعالیت بیش از حد در طی دوره بهبودی خودداری نمایید و در بین فعالیت، دوره هایی 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 پرادویه خودداری نمایید.
- از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.
- از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده، وایتکس و شیشه شوی اجتناب نمایید.



با آرزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

پنومونی :

پنومونی التهاب بافت ریه است که معمولاً به علت عوامل میکروبی ایجاد می‌شود. این عوامل معمولاً از سیستم تنفسی فوقانی وارد می‌شوند، ولی همیشه ایجاد بیماری نمی‌کنند. در صورتی که سیستم ایمنی بدن دچار ضعف شده باشد، ورود عوامل طبیعی دهان و حلق به ریه، باعث ایجاد پنومونی می‌گردد. افراد در معرض خطر پنومونی اغلب دارای اختلالات زمینه‌ای مزمن، بیماری حاد شدید، سرکوب سیستم ایمنی ناشی از بیماری یا دارو، بی حرکتی و سایر عوامل ایجاد کننده اختلال در مکانیسم های طبیعی حفاظتی ریه می باشند.



علائم بالینی :

علائم بسته به عامل ایجاد کننده و بیماری متفاوت هستند. لرز ناگهانی، افزایش سریع درجه حرارت (۳۸/۵ تا ۴۰/۵ درجه سانتیگراد) و تعریق شدید، درد قفسه سینه پلوریتیک که با تنفس و سرفه تشدید می‌شود.

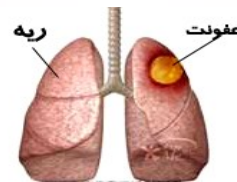
در موارد شدید بیماری، افزایش تعداد تنفس (۲۵ تا ۴۵ تنفس در دقیقه) و تنگی نفس، افزایش تعداد نبض، خلط چرکی قهوه ای مایل به سرخ، حاوی خون غلیظ یا سبز بسته به علت ایجاد کننده و سایر علائم شامل: تب، احتقان بینی، گلودرد و در موارد شدید گونه های سرخ، لبها و بستر ناخن های کبود شده .

عوامل خطر:

شامل وضعیت‌هایی است که مانع از تخلیه ترشحات ریه می‌شود مثل: بی حرکتی طولانی، تنفس سطحی، کاهش سرفه، سیگار کشیدن، بیماری‌های مزمن ریوی، بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی و سرطان، وضعیت های ممنوعیت خوردن از طریق دهان، بیهوشی عمومی، سن بالا و درمان با آنتی بیوتیک.

عوارض بیماری:

نارسایی تنفسی، عفونت شدید، کاهش فشارخون، گیجی



راههای تشخیص:

معاینه جسمی و گرفتن شرح حال دقیق از بیمار توسط پزشک، گرفتن عکس سینه، بررسی خلط و سایر روش‌های تشخیصی

درمان :

درمان به صورت سرپایی و یا پس از بستری در بیمارستان با استفاده از آنتی بیوتیک خوراکی یا تزریقی انجام می‌گردد. اکسیژن درمانی و در موارد شدید استفاده از لوله گذاری داخل تراشه، تهویه با دستگاه و ...

توصیه ها و اقدامات خودمراقبتی بیمار:

- ممکن است به علت تنگی نفس و خستگی اشتهای شما کاهش یابد، اگر بیماری قلبی ندارید مایعات فراوان (۸-۱۲ لیوان) بنوشید، زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می‌کند.
- تنفس عمیق انجام دهید.
- انجام فیزیوتراپی تنفسی و سرفه مؤثر، به خروج ترشحات ریه و بهبود وضعیت شما کمک می‌کند.
- می‌توانید جهت فراهم نمودن هوای مرطوب برای تنفس از ماسک استفاده نمائید.
- استراحت نمائید، فعالیت بیش از حد نشانه ها و علائم را تشدید می‌کند.
- برای تنفس راحت‌تر می‌توانید در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- از خوابیدن طولانی مدت در یک وضعیت خودداری کنید.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک توسط پزشک معالجتان، دوره درمان را کامل نمائید.
- بهداشت دهان خود را رعایت کنید.
- در صورت سیگاری بودن، سیگار را ترک نمائید.
- از مصرف الکل خودداری نمایید.
- 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).