

## پنومونی یا ذات الریه چیست؟



شناسنامه پمفلت آموزشی کد	
عنوان	پنومونی
تهیه کننده	صدیقه ضعیفی
تایید کننده	دکتر مرتضوی
سال تهیه	۱۳۹۹
<p>ناظر کیفی                      سوپر وایزر آموزش سلامت و نام متخصصین تایید کننده پمفلت درج شود.</p>	

### پنومونی چیست؟

سینه‌پهلو یا ذات‌الریه، که به آن پنومونی نیز می‌گویند، وضعیت التهابی ریه است که عمدتاً در اثر عفونت ناشی از ویروس یا باکتری و گاهی نیز در اثر سایر میکروارگانیسم‌ها، برخی داروها و شرایط دیگر مانند بیماری خودایمنی رخ می‌دهد. در بیماری پنومونی، کیسه‌های هوایی متورم می‌شود و چون درون آن از مایعات پر می‌شود، در نتیجه اکسیژن رسانی کمتر می‌شود و تبادلات گازی کاهش می‌یابد.

### نشانه‌ها و علائم بیماری پنومونی

افراد مبتلا به پنومونی عفونی اغلب سرفه همراه با خلط، تب همراه با لرز شدید، تنگی نفس، درد قفسه سینه گزنده یا شدید در حین نفس کشیدن، و افزایش تعداد تنفس را تجربه می‌کنند.

در افراد مسن، ممکن است گیحی مشهودترین علامت باشد.

ترشح خلط نارنجی رنگ نیز یکی دیگر از نشانه‌های پنومونی است.

علائم و نشانه‌های متداول بیماری پنومونی در کودکان زیر پنج سال عبارتند از: تب، سرفه و تنفس سریع یا اشکال در تنفس.

علائم و نشانه‌های شدیدتر ممکن است شامل موارد زیر باشد: کبودی پوست، کاهش تشنگی، تشنج، استفراغ مداوم، افزایش یا کاهش شدید دمای بدن، یا کاهش سطح هوشیاری.

### شرایط و عوامل خطر آفرین در بیماری پنومونی

شرایط و عوامل خطر آفرین که زمینه ابتلا به پنومونی (سینه‌پهلو) را فراهم می‌کنند عبارتند از: سیگار کشیدن، نقص ایمنی، اعتیاد به الکل، بیماری انسداد مزمن ریوی، بیماری مزمن کلیوی و بیماری کبد. بالا رفتن سن نیز در بروز ابتلا به پنومونی مؤثر است.

### درمان پنومونی

به‌طور معمول، آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی، استراحت، مسکن معمولی، و مایعات برای بهبود کامل بیماری پنومونی کافی است. با این حال کسانی به وضعیت پزشکی دیگری مبتلا هستند، سالمندان، یا کسانی که مشکل تنفسی قابل توجهی دارند ممکن است نیاز به مراقبت‌های بیشتری داشته باشند. اگر نشانه‌ها بدتر شود و پنومونی با درمان در منزل بهبود نیابد، یا عوارض دیگری رخ دهد، ممکن است لازم باشد فرد در بیمارستان بستری شود.

### چگونه می‌توان از ابتلا به پنومونی پیشگیری کرد؟

\*سیگار کشیدن بافت ریه را تخریب می‌کند و ریه را نسبت به عفونتها آسیب‌پذیر می‌کند.

\*برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی اگر سیگار می‌کشید بهتر است آن را کنار بگذارید.

\*برای باکتری پنوموکوک واکسنی تهیه شده که در برخی کشورها جزء واکسیناسیون کودکان است.

\*از مردم آلوده دور باشید - اگر شما با افراد آلوده به پنومونی در ارتباط هستید و واکسن دریافت نکرده اید باید تا زمان بهبود از آنها دور باشید.

\*اگر بالای ۶۵ سال دارید، سیستم ایمنی شما ضعیف شده است یا به بیماری مزمنی مانند بیماری مزمن قلبی، ریوی، کلیوی، کبدی، آسم و یا دیابت دچار هستید باید واکسن پنوموکوک را دریافت کنید. همچنین باید به خوبی از خود مراقبت کنید و برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی ویروسی خصوصاً اگر آنفولانزا اپیدمی شده است واکسن آنفولانزا بزنید.

\*اگر به هر علتی با جراحی طحال شما برداشته شده است برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی دریافت واکسن پنوموکوک بسیار اهمیت دارد و باید در این مورد از پزشک خود اطلاعات لازم را بخواهید.

\*در صورت ابتلا به سرماخوردگی و سایر عفونتهای تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا از انتقال عوامل بیماریزا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود.

