

## پنومونی (Pneumonia)

پنومونی، وضعیت التهابی بافت ریه است که ممکن است به علت انواع عوامل عفونی (پنوموکوک، استافیلوکوک، ویروس)، محرک های شیمیایی، پرتو درمانی ایجاد شود. ارگانسیم های عامل عفونت بوسیله استنشاق، آسپیراسیون محتویات حلق بینی یا حلق دهانی و یا بوسیله پخش عوامل خونی از سایر قسمت های بدن به ریه ها برسد. در این بیماری، کیسه های هوایی متورم می شود و چون درون آن از مایعات پر می شود، در نتیجه اکسیژن رسانی کمتر می شود و تبادلات گازی کاهش می یابد.

### علائم و نشانه های بیماری:

➤ علائم بالینی بسته به ارگانسیم ایجاد کننده بیماری متفاوت می باشد

➤ لرز ناگهانی و افزایش سریع تب (۳۸/۵ درجه سانتیگراد تا ۴۰/۵ درجه سانتیگراد)

➤ درد قفسه سینه در اثر تنفس و سرفه تشدید می شود

➤ افزایش یا کاهش ضربان قلب

➤ افزایش تعداد تنفس (۲۵ تا ۴۵ بار در دقیقه) و تنگی نفس

➤ خلط غالباً چرکی و به رنگ سبز یا زرد رنگ است

➤ کاهش اشتها

➤ تیره شدن لبها و بستر ناخنها

➤ کوتاهی تنفس در حال دراز کش

➤ تعریق، بیمار به سادگی خسته می شود

### عواملی که باعث افزایش خطر ابتلا می شود:

❖ استعمال دخانیات و آلودگی هوا

❖ عدم تحرک طولانی مدت

❖ سوء تغذیه

❖ بیماریهای مزمن (دیابت، بیماریهای قلبی، کلیه و غیره)

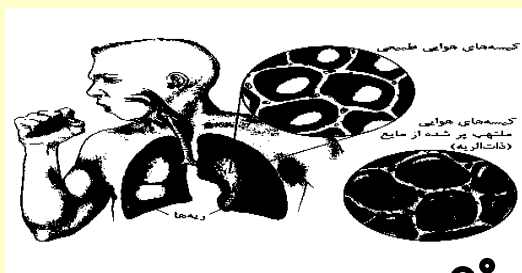
❖ قرار گرفتن در برابر سرمای شدید و رطوبت زیاد

❖ تنفس مواد مضر

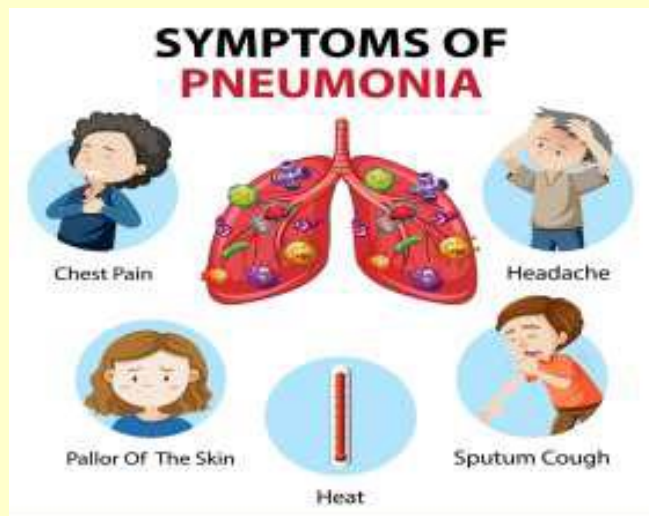
❖ استفاده از داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی

❖ سن خیلی کم یا خیلی زیاد

❖ قرار گرفتن در معرض مسمومیت های مکرر در اثر الکل



تفاوت کیسه ی هوایی طبیعی و کیسه ی هوایی مبتلا به پنونی



## آموزش های خود مراقبتی در منزل:

- در صورت بروز علائم لرز ناگهانی، تب بالای ۴۰-۳۹ درجه سانتی گراد، درد قفسه سینه و سرفه خلط دار، گلودرد، تنفس تند و سریع، حرکت پره های بینی، کشیدگی عضلات بین دنده ای فوراً به پزشک مراجعه نمایید.
- داروهای تجویز شده طبق دستور پزشک تا اتمام دوره درمانی مصرف گردد.
- با انجام سرفه موثر و تنفس عمیق به طور مرتب ترشحات ریوی خارج شود.
- با استفاده از بخور محیط اتاق را مرطوب نگه دارید.
- تغییر وضعیت دادن به طور مرتب و انجام حرکات پسیو هر چهار ساعت مفید است.
- انجام تمرینات تنفسی (تنفس عمیق هر ۲-۱ ساعت انجام شود-انجام دم آهسته و حفظ هوا برای چند ثانیه و سپس باز دم آهسته انجام گردد)
- در موقع سرفه کردن جهت ضربه به پشت و قرار گرفتن در وضعیت مناسب به منظور خروج ترشحات از دیگران کمک گرفته شود.
- ترشحات خلطی را با دستمال کاغذی پاک نموده و داخل کیسه نایلونی معدوم نمایید.
- در موقع سرفه و عطسه پوشاندن دهان و بینی با دستمال کاغذی ضروری است.
- شستشوی دستها بعد از سرفه و عطسه برای جلوگیری از انتقال بیماری به دیگران لازم است.
- از فعالیت زیاد و ایجاد خستگی پرهیز شود.
- پس از فروکش شدن تب می توان به تدریج فعالیتها را افزایش داد.
- بعد از ابتلا به این بیماری ممکن است نامدتی ضعف، خستگی و افسردگی وجود داشته باشد.
- برای مقابله با خستگی ضمن داشتن استراحت به تدریج به فعالیتها افزوده شود.
- هنگام بروز نشانه ها و علائم بیماری در تخت استراحت کنید.
- از خوابیدن در وضعیت دمر خودداری شود.
- نوشیدن مقادیر مناسب آب و مایعات جهت رقیق نمودن ترشحات ضروری است (در صورت عدم محدودیت مصرف مایعات)
- مصرف غذا به مقدار کم و به دفعات مکرر از کربوهیدراتها، پروتئینها، ویتامینها، میوه و سبزیجات مفید است.
- طبق زمان تعیین شده جهت پیگیری درمان به پزشک معالج مراجعه شود.
- از استعمال دخانیات و مصرف الکل پرهیز شود.

منبع: تنفس و تبادلات گازی برونوسودارت و ویراست پانزدهم ۲۰۲۲- کتاب راهنمای آموزش مددجویان برای مراقبت در منزل، ترجمه: فاطمه علایی

بازنگری بعدی: زمستان ۱۴۰۳

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت زمستان ۱۴۰۲

تأیید کننده: دکتر بهزاد شرافتی متخصص بیماریهای عفونی



جهت دسترسی به مطالب آموزشی بارکد را اسکن نمایید

