

مایعات میوه و سبزیجات در حد طبیعی حفظ شود. در طول روز سعی کنید ۶ لیوان مایعات مصرف کنید، مصرف مایعات به رقیق تر شدن ترشحات ریوی و در نتیجه تخلیه آسان تر با سرفه کمک می کند.

فعالیت

۱- استراحت در بستر تا هنگام برطرف شدن تب، درد و کوتاهی نفس حداقل به مدت ۴۸ ساعت ضروری است.

۲- ممکن است تا ۶ هفته پس از بهبودی احساس خستگی و ضعف وجود داشته باشد، بنابراین نباید انتظار داشت که ریه به سرعت به توان اولیه خود بازگردد.

در صورت داشتن علائم زیر فوراً به پزشک خود مراجعه کنید:

◆ افزایش درجه حرارت به بالاتر از ۳۸/۹ درجه سانتی گراد

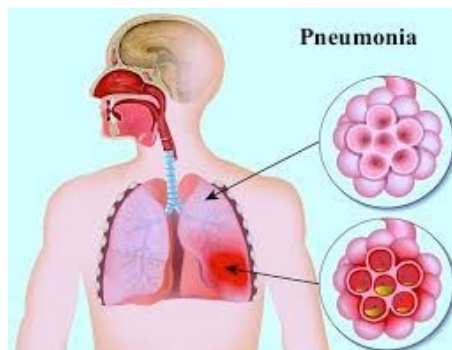
◆ درد غیر قابل تحمل با وجود مصرف مسکن

◆ تشدید کوتاهی نفس

◆ کبودی ناخن ها و پوست

◆ خلط خونی

◆ تهوع، استفراغ یا اسهال



یا من اسمه دواء و ذکره شفاء

راهنمای بیمار

پنومونی (التهاب ریوی)

سایت بیمارستان: kazeroonhp.sums.ac.ir

شماره تلفن: 07142227080 داخلی: 306



این موضوع را با پزشک خود در میان بگذارید.

◆ بسته به نوع و شدت بیماری ممکن است درمان خوراکی یا تزریقی استفاده شود.

◆ پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه ی آزار دهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته باشید که طبیعی است.

◆ از یک دستگاه مرطوب کننده با بخار سرد برای مرطوب کردن هوا استفاده کنید.

◆ تشویق بیمار به سرفه کردن و تنفس عمیق جهت کمک به تخلیه ترشحات ریوی توصیه می گردد. تخلیه ترشحات باید با دقت انجام شود.

رژیم غذایی

رژیم غذایی خاصی نیاز نیست، ولی باید سعی شود میزان دریافتی مواد مغذی و

پنومونی یا عفونت ریه

به التهاب بافت ریه که یک یا دو طرف قفسه سینه را درگیر می کند و معمولا در اثر عفونت ایجاد می شود پنومونی یا عفونت ریه گفته می شود .

پنومونی ممکن است در اثر استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی نیز ایجاد شود .

در موارد نادری ممکن است التهاب ریه در اثر استنشاق مواد حساسیت زا با مواجهه با موادی که در محیط کار وجود دارند ، ایجاد می شود .

دلایل ابتلا به عفونت ریه :

۱- در اثر تنفس میکروارگانیسم ها ممکن است بیماری ایجاد شود .

۲- در موارد نادری ممکن است منبع عفونت ریه در نقطه ی دیگری از بدن باشد و از طریق جریان خون منجر به عفونت ریه ها شود .

۳- اگر به هر علتی مثلا در اثر استفراغ ، بخشی از محتویات معده وارد ریه ها شود نیز موجب التهاب ریه ها می شود ، چون میکروب ها از این طریق وارد ریه ها می شوند.

علائم عفونت ریه

۱- علائم عفونت باکتریایی به صورت ناگهانی شروع می شود .

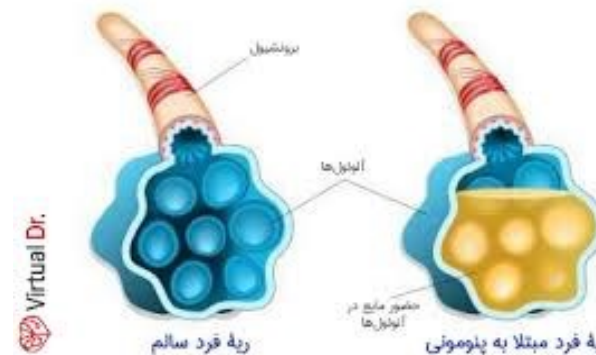
۲- تب و لرز

۳- درد قفسه سینه

۴- سرفه در ابتدا ممکن است خشک باشد اما یک تا دو روز بعد سرفه همراه با خلط می شود ، خلط معمولا زرد رنگ و ممکن است رگه های خونی داشته یا نارنجی رنگ باشد .

۵- تنفس بیمار سریع و سطحی می شود و ممکن است بیمار به نفس زدن بیفتد. در موارد شدید اکسیژن رسانی مناسب کاهش میابد و ممکن است علائم کمبود اکسیژن در فرد بروز کند .

۶- نفس عمیق یا سرفه ممکن است منجر به ایجاد درد عمقی در قفسه سینه شود ، این علامت ممکن است نشان دهنده ی گسترش عفونت به پرده ی پوشاننده ی ریه ها (پرده ی جنب) باشد .



پیشگیری از ابتلا به عفونت ریوی

۱- سیگار کشیدن بافت ریه را تخریب می کند و ریه را نسبت به عفونت ها آسیب پذیر می کند . اگر سیگار می کشید بهتر است آن را کنار بگذارید .

۲- باید به خوبی از خود مراقبت کنید و برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی ویروسی خصوصا در فصل شیوع آنفولانزا ، واکسن آنولانزا بزنید .

۷- در صورت ابتلا به سرما خوردگی و سایر عفونت های تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا از انتقال عوامل بیماری زا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود .

درمان پنومونی

این بیماری در مواردی به صورت سرپایی قابل درمان است و در موارد دیگر به صورت بستری صورت می گیرد.

♦ درمان با آنتی بیوتیک ، فیزیوتراپی قفسه سینه و در مواردی اکسیژن درمانی صورت می گیرد .

♦ در صورتی که در ۲-۳ ماه گذشته سفری به کشورهای دیگر داشته اید بسیار مهم است که فوراً