



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

پنومونی (عفونت ریه)

ویژه بیماران و همراهان



واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

تاییدکننده: کارگروه آموزش به بیمار بخش آی سی یو

کدسند: ۱: ۰۰۰۰ / EH-MN/Pat Edu Pam

- رژیم غذایی شما باید سرشار از ویتامین های گروه ب، ویتامین های ک، ا، و اسید فولیک باشد.
- غذاهای سرخ نشده و کم چرب استفاده کنید.
- از روغن های مفید مثل روغن زیتون و روغن کانولا استفاده کنید.
- علائم خطر یا هشدار بیماری:
- در صورت بروز علائم زیر به بیمارستان مراجعه نمایید:
- تنگی نفس شدید
- تب و لرز خلط خونی
- درد قفسه سینه

منبع:

برونر سودارت

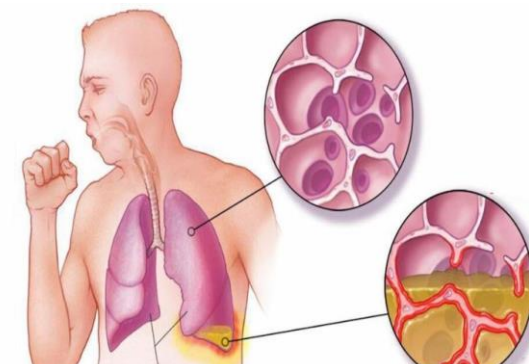
شماره تماس: ۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۰

شماره داخلی ۱۴۴۶

جهت دریافت
فایل می توانید
بارکد را با تلفن
همراه خود اسکن
نمایید



- واکسیناسیون در افراد در معرض خطر توصیه می شود. (افراد مسن واکسن هایی که بیشتر توصیه به آنها شده است آنفلونزا و پنوموکوک می باشد)
- در هوای آلوده از منزل خارج نشوید و هنگام بیرون رفتن از منزل لباس گرم و مناسب بپوشید.
- از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.
- از مصرف غذاهای تحریک کننده مانند غذای چرب سرخ شده و پر ادویه خودداری کنید.
- از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده، وایتکس و شیشه شوی خودداری کنید.
- از فعالیت بیش از حد در طی دوره بهبودی خودداری کنید و در بین فعالیت دوره هایی از استراحت داشته باشید.
- در تاریخ معین جهت پیگیری درمان به پزشک مراجعه کنید.
- رژیم غذایی مناسب بیماری:
- مواد غذایی پرکالری و پر پروتئین مصرف کنید.
- تعداد وعده های غذایی خود را افزایش داده ولی حجم غذای مصرفی را در هر وعده کاهش دهید.
- از مصرف قهوه، الکل، نوشابه، ادویه، نمک، سیگار، قلیان خودداری نمایید.
- میوه و سبزیجات بیشتر مصرف کنید.
- مایعات بیشتر بنوشید.
- غذاهای نفاخ (کلم، بادمجان، ...) مصرف نکنید.



در صورت ابتلا به پنومونی چه اقداماتی انجام

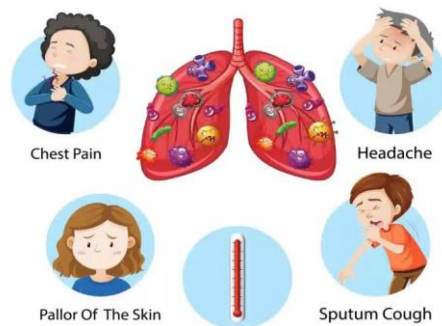
دهیم؟

- داروهایی که پزشکان تجویز می کنند بموقع مصرف نمایند.
- دوره درمانی با آنتی بیوتیک را کامل کنید .
- از دستگاههای بخور برای مرطوب کردن هوای استنشاقی استفاده کنید. بیشتر علائم مانند درد قفسه سینه و تب در عرض چند روز بعد از درمان تخفیف می یابد.
- سرفه معمولا ۲ تا ۳ هفته طول می کشد تا برطرف شود. ولی خستگی وضعف ممکن است ماه ها زمان ببرد تا به طور کامل برطرف گردد. سرفه کنید تا ترشحات ریوی خارج گردد.
- بهداشت دهان خود را رعایت کنید.
- از سیگار کشیدن و مصرف الکل خودداری کنید.
- بهداشت فردی خود جهت پیشگیری از عفونت رعایت کنید. هنگام سرفه از دستمال یکبار مصرف استفاده کنید و دستهای خود را با آب و صابون بشویید.
- به علت خستگی و تنگی نفس، اشتهای شما کاهش می یابد.
- اگر بیماری قلبی ندارید، طبق نظر پزشک مایعات فراوان حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید . زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می کند.
- برای افزایش سیستم ایمنی بدن از مواد غذایی حاوی ویتامین ث، پرتقال و نارنگی و انواع مغزها استفاده کنید.



علائم شایع ذات الریه عبارتند از:

- سرفه، گاهی اوقات همراه با خلط زرد، یا سبز یا به همراه رگه های خونی
- تنگی نفس
- درد قفسه سینه که با نفس کشیدن تشدید می شود.
- تب، لرزهای گهگاهی
- کاهش اشتها
- ضربان قلب سریع، احساس خستگی وضعف زیاد
- تهوع و استفراغ و اسهال
- پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی، ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه آزار دهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته باشید که طبیعی است.



درمان ذات الریه (پنومونی):

درمان اصلی پنومونی، آنتی بیوتیک صحیح بر اساس جواب آزمایشات می باشد و بیشتر افراد با استراحت در منزل حال عمومی بهتری پیدا می کنند. اما افراد با بیماری شدیدتر باید در بیمارستان بستری شوند تا سطح اکسیژن خون آنها تحت نظر باشد و مایعات بصورت سرم برای آنها تجویز گردد.

سایر داروها: ضد تب ها، تسکین دهنده های درد، ضد سرفه و خلط آور

پنومونی که نام قدیمی آن ذات الریه است عفونت یا التهاب شدید یک یا هر دو ریه بصورت همزمان است که سبب بروز علائم تنفسی میشود. در این بیماری حبابچه های هوایی موجود در ریه ها پر از چرک و سایر مواد مایع می شود و رسیدن اکسیژن به خون با مشکل مواجه می گردد. اگر اکسیژن موجود در خون شما کاهش یابد سلولهای بدن شما بدرستی کار خود را انجام نخواهد داد.

عوامل مختلفی در ایجاد عفونت ریه نقش دارند از جمله:

۱. ویروس ها، باکتریها، قارچها و انگلها. در بیشتر موارد، نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است.
۲. استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی و مواد حساسیت زا که باعث التهاب ریه می شوند.
۳. مواجهه با موادی که در محیط کار یا محیط های دیگر وجود دارند و باعث التهاب بافت ریه می شوند. مثال برخی کشاورزان در اثر تنفس گرد و غبار یا سموم شیمیایی دچار التهاب ریه می شوند.
۴. گاهی استفراغ باعث ایجاد گنومونی می شود. با استفراغ، بخشی از محتویات معده وارد ریه ها می شود و موجب التهاب ریه ها می گردد.

