



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آریخ

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

پنومونی (عفونت ریه)

ویژه بیماران و همراهان



واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

تاییدکننده: کارگروه آموزش به بیمار بخش داخلی

کد سند: ۱۰۰۰۰/Pat Edu Pam/EH-MN

- رژیم غذایی شما باید سرشار از ویتامین های گروه ب، ویتامین های ک، ا، آ 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 سودارث

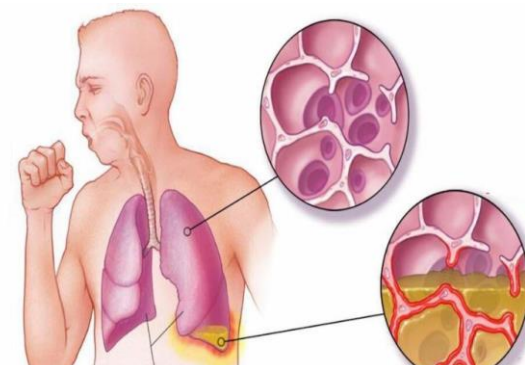
شماره تماس: ۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۰

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

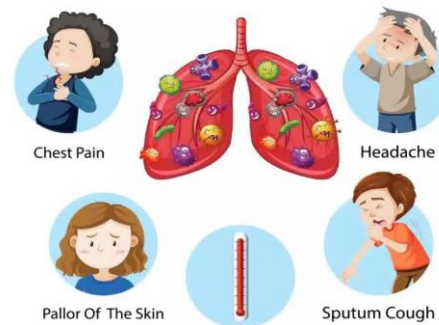
دهیم؟

- 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 بشوید.
- 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 جابجه 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 پنومونی می شود . با استفراغ ، بخشی از محتویات معده وارد ریه ها می شود و موجب التهاب ریه ها می گردد.

