



مرکز آموزشی درمانی شهید بهشتی

راهنمای بیماران

پنومونی

ذات الریه یا سینه پهلو

شماره سند: ED-TA-53



۰۳-۰۷۰۳۸۳۸۰۳۸۱-۰۸۱: تلفن های بیمارستان

آدرس سایت اینترنتی

<http://beheshti.umsha.ac.ir>

ویرایش ۰۶- بازنگری آذر ۱۴۰۰

۵- به هنگام عطسه و سرفه دهان و بینی را با دستمال بپوشانید و دستمال آلوده را در ظرف زباله درب دار بیندازید.

۶- شستشوی مکرر دست ها با آن گرم و صابون توصیه می شود.

۷- ترک سیگار و دخانیات ضروری است.

۸- تزریق واکسن آنفلوآنزا با شروع فصل پاییز و زمستان برای افرادی که سابقه طولانی بیماری ریوی دارند، طبق صلاحدید پزشک معالج توصیه می شود.
۹- از رفتن به مکان های شلوغ و پر ازدحام خودداری کنید.

۱۰- هوای اتاق را مرطوب نگه دارید

۱۲- در صورت تشدید علائم بیماری مانند : تب، تعریق شبانه، تنگی نفس، درد قفسه سینه، سرفه مداوم، خلط خونی و... به پزشک مراجعه کنید.

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

مشاور علمی: گروه داخلی

منبع: داخلی جراحی برونر- سودارث

۳- آنتی بیوتیک خوراکی را در ساعت مقرر و با معده خالی مصرف کنید. در صورت تحریک معده دارو را همراه شیر یا غذا میل نمایید.

۴- در صورتی که داروهای آنتی هیستامین یا ضد احتقان برای شما تجویز شده است. دارو را همراه غذا یا شیر مصرف کنید و برای جلوگیری از خشکی دهان، مایعات زیاد مصرف کنید یا از آدامس استفاده کنید. همچنین از رانندگی و کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارند خودداری نمایید.

پیشگیری از پیشرفت بیماری

۱- حداقل به مدت ۴۸ ساعت تا برطرف شدن تب و درد در استراحت کنید

۲- در هنگام استراحت در بستر، با کمک یک نفر در بستر به طور متناوب بچرخید.

۳- به صورت دوره ای تنفس عمیق انجام دهید و با سرفه کردن به خروج ترشحات ریه مبادرت نمایید.

۵- هوای اتاق را مرطوب نگه دارید و از بخور جهت رقیق کردن ترشحات ریه استفاده کنید زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات و تخلیه آسانتر می گردد

۶- در معرض مواد محرک (مانند سیگار، گرد و غبار و آلوده کننده های محیطی) قرار نگیرید.

پنومونی (ذات الریه)

پنومونی عفونت یا التهاب شدید بافت ریه است و معمولاً بر اثر عواملی مانند: باکتری ها، ویروسها و یا قارچ ها در ایجاد این بیماری نقش دارند. همچنین ورود مواد غذایی داخل معده یا مری یا ورود مواد شیمیایی مانند دود و مواد نفتی به ریه نیز می تواند سبب پنومونی شود.

عوامل مساعد کننده بیماری

سن بالای ۶۵ سال

دیابت

سوء تغذیه

زندگی در مکانهای شلوغ.

علائم بیماری

تب، لرز، سرفه، تنگی نفس، افزایش تعداد تنفس، افزایش ضربان قلب، خستگی، تعریق، سردرد، درد قفسه سینه.

درمان

درمان دارویی شما متناسب با علت ایجاد کننده بیماری است. پزشک شما از آنتی بیوتیک ها برای کنترل بیماری استفاده می کند. بسته به شرایط بیماری از داروهای ضد تب، ضداحتقان ها، مسکن ها و اکسیژن استفاده می شود.

راه انتقال بیماری

معمولاً از طریق قطرات تنفسی، میکربها وارد ریه می شوند.



نکات آموزشی

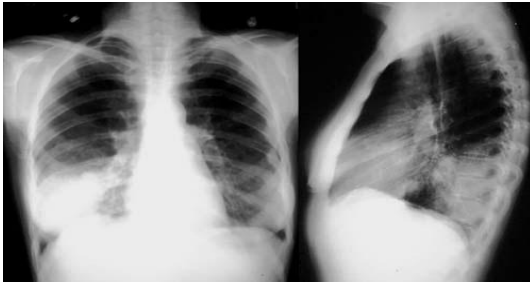
فعالیت

- ۱- استراحت کافی به بهبودی کمک می کند . به هنگام استراحت در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید تا امکان تنفس بهتر فراهم شود.
- ۲- برای حفظ انرژی فعالیت ها را بتدریج شروع کنید و فواصل فعالیت ها، استراحت کنید به نحوی که دچار خستگی و تنگی نفس نشوید.
- ۳- از انجام فعالیت های سنگین خودداری کنید.

تشخیص بیماری

رادیوگرافی ریه

آزمایش خلط



رژیم غذایی

۱- در صورتی که ممنوعیت مصرف مایعات ندارید روزانه ۲ تا ۳ لیتر (هر لیتر ۴ لیوان) مایعات مصرف کنید تا به رقیق شدن ترشحات و خروج آن از ریه کمک کند. همچنین استفاده از بخور برای مرطوب کردن هوای تنفسی موثر است.

۲- از مواد غذایی پر پروتئین (گوشت، لبنیات، تخم مرغ، حبوبات و ...) پر کربوهیدرات (نان، برنج، سیب زمینی و...) با حجم کم و دفعات زیاد استفاده کنید.

دارو درمانی

- ۱ - آنتی بیوتیک تجویز شده برای پیشگیری از تشدید بیماری است . دوره درمان به طور کامل باید طی شود.
- ۲ - در صورت فراموش کردن یک نوبت دارو، در طی ۸ ساعت می توانید دارو را مصرف کنید . در غیر این صورت نوبت بعدی دارو را سر ساعت مقرر استفاده کنید، مقدار دارو را دو برابر نکنید.