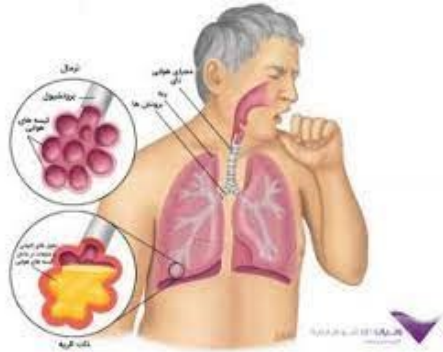




دانشگاه علوم پزشکی تربیت جام
بیمارستان سجادیه

آموزش به بیمار

پنومونی



واحد آموزش سلامت همگانی
SH:PEU-BK-21

درچه صورتی باید به پزشک مراجعه کنید؟
در صورت بروز هرگونه از علائم مانند تب
بالا ۳۸ درجه و عدم کنترل تب، تنگی نفس،
افزایش ترشحات ریه و سرفه های شدید به
پزشک مراجعه کنید.

منابع: www.Uptodate.com/Home

جهت ارتقا بهبود کیفیت
بیمارستان لطفا کد نظر
سنجی ذیل را شماره گیری
نمایید

#6655*521811*

در صورت داشتن هرگونه مشکل با شماره های

زیر تماس بگیرید:

۰۵۱۵۲۵۲۱۸۱۱

صبح داخلی ۲۷۱ و عصر و شب داخلی ۲۳۰-۲۳۱

[HTTP://www.trjums.ac.ir](http://www.trjums.ac.ir)



پرزیم غذایی مجاز و غیر مجاز . * توصیه می شود
از رژیم غذایی حاوی پروتئین (انواع گوشت مرغ، ماهی،
تخم مرغ، انواع حبوبات، مانند لوبیا، نخود) ویتامین های
فراوان بخصوص ویتامین سی، مرکبات و سبزیجات
استفاده نمایید * . مصرف مایعات فراوان حداقل ۳ لیوان
در روز نیز به علت مصرف آنتی بیوتیک ها توصیه می
شود * . به علت کاهش اشتها شما مصرف غذا در وعده
های بیشتر و حجم کمتر توصیه می گردد * . توصیه می
شود غذاهای آبکی و گرم مانند انواع سوپ ها و انواع
نوشیدنی های مانند آب میوه های طبیعی، چای و
نوشیدنی های بدون گاز مصرف شود * مصرف میوه هایی
مانند گریپ فروت، پرتقال، لیمو، کیوی و گوجه فرنگی به
علت داشتن مقدار زیادی آنتی اکسیبدان و ویتامین های
گروه سی و همچنین مصرف سیر، پیاز، زنجبیل و آویشن
نیز توصیه می گردد .

نکاتی در ارتباط با پیشگیری از ابتلا به پنومونی: جرم های

مسبب پنومونی بسیار شایع هستند و پیشگیری از آنها
دشوار می باشد. با این وجود پیشگیری از اعمالی که سبب
تضعیف سیستم دفاعی ریه ها میشود میتواند کمک
کننده باشد مثل : قطع سیگار، انجام واکسیناسیون که
میتواند از ابتلا به برخی از انواع پنومونی جلوگیری نماید.
بیشتر کشورها توصیه به واکسیناسیون در افراد در معرض
خطر (افراد مسن) می کنند. واکسنی که بیشتر توصیه
میشود واکسن آنفولنزا می باشد

مددجوی گرامی :

با آرزوی سلامتی برای شما این مطالب به منظور آشنایی با بیماری پنومونی و مراقبت های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید .

بیماری پنومونی چیست؟ پنومونی یا ذات الریه به عفونت و یا التهاب شدید ریه ها گفته میشود. در این بیماری حبابچه های هوایی پر از چرک و سایر مایعات می شود و رسیدن اکسیژن به خون دچار مشکل می شود .



افراد در معرض خطر چه کسانی هستند؟

هرکسی می تواند به پنومونی مبتلا شود. حتی افراد سالم هم ممکن است به این بیماری مبتلا شوند، با این وجود جرم ها بیشتر به ایجاد عفونت در افراد با نقص ایمنی که دفاع بدن در آنها کاهش یافته تمایل دارند. افراد در سنین بسیار بالا و بسیار پایین (نوزادان و افراد مسن) ریه ها سیستم دفاعی ضعیفتری دارند و بنابراین

سایر مواردی که میتواند سیستم دفاعی ریه ها را

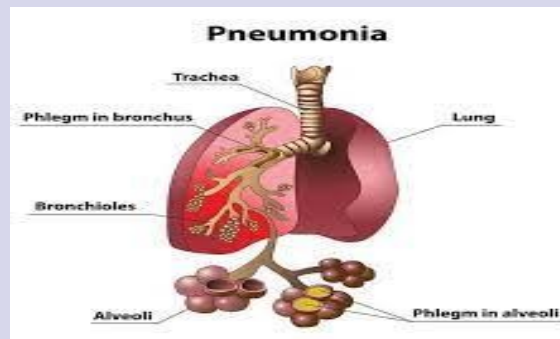
تضعیف سازد بعضی داروها هم باعث تضعیف سیستم ایمنی می شوند مانند داروهایی که در درمان سرطان کاربرد دارند. اعم جراحی ها می تواند باعث آسیب پذیر شدن افراد شود به همین دلیل است که پنومونی در بیمارانی که قبلا به دلایلی دیگر در بیمارستان بستری بوده اند پیشرفت میکند

• چگونه متوجه شوید مبتلا به پنومونی بوده اید؟

- اگر فردی به پنومونی مبتلا شده باشد به طور حتم علائم از بیماری را داشته اما به علت تشابه علائم با سایر بیماری ها ممکن است با آنها اشتباه گردد. دردسینه که با نفس کشیدن تشدید میشود .
- تب و لرزهای گهگاهی * کاهش اشتها و ضعف .

• پزشک چگونه پنومونی را تشخیص میدهد؟

معاینه فیزیکی بیمار و شنیدن صدای ریه ها * گرفتن عکس یا رادیوگرافی از قفسه سینه * انجام آزمایشاتی مانند شمارش گلبول های سفید خون، نمونه گیری از ترشحات ریه، بررسی گازهای خون شریانی، کشت خون و ادرار * در صورت نیاز انجام سی تی اسکن ریه



درمان پنومونی چگونه است؟ درمان اصلی

پنومونی آنتی بیوتیک میباشد. بیشتر افراد با استراحت در منزل حال عمومی بهتری پیدا میکند اما افراد با بیماری شدیدتر باید در بیمارستان بستری شوند تا سطح اکسیژن خون آنها تحت نظر باشد و مایعات به صورت سرم به آنها تجویز گردد .

خودمراقبتی بعد از ابتلا به پنومونی: * داروهایی را که پزشک تجویز میکند به موقع مصرف نمایید و دوره درمانی آنتی بیوتیک را تمام کنید. * اگر با درمان بهتر نشدید، به خصوص اگر تب شما قطع نشد یا نفس کشیدن برایتان مشکل شد مجدداً به پزشک خود مراجعه کنید. برای اینکه آرامش بیشتری داشته باشید. استفاده از بخور مرطوب جهت رقیق شدن ترشحات و سرفه توصیه میشود. * توصیه می شود استراحت کافی داشته باشید. * جهت پیشگیری از عفونت شستشوی مرتب دست ها را با آب و صابون فراموش نکنید.

عرض چه مدتی علائم تخفیف می یابد؟

بیشتر علائم شما مانند درد قفسه سینه و تب در عرض چند روز تخفیف می یابد. سرفه معمولاً ۲ تا ۸ هفته طول میکشد تا برطرف شود، ولی خستگی و ضعف ممکن است ماه ها زمان برد تا به طور کامل برطرف گردد . اگر علائم شما در حد انتظار بهبود نیافت یا چنانچه بیماری شما عود کرد، باید با مراجعه به پزشک و بررسی بیشتر در خصوص یافتن علتی که باعث افزایش ریسک پنومونی در شما گشته است، درمان خود را ادامه دهید .