

## \*تعریف

**پنومونی یا ذات الریه:** التهاب بافت ریه است که می‌تواند در اثر عوامل مختلف شامل باکتری، قارچ، انگل‌ها و ویروس‌ها ایجاد شود.

## \*راه‌های انتقال پنومونی(التهاب ریه)

-امکان ابتلا به پنومونی(التهاب ریه) در محل کار، آسایشگاه سالمندان، مدارس و یا بیمارستان وجود دارد.

-تنفس گرد و غبار در کشاورزان، استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی یا مواد حساسیت‌زا نیز باعث ایجاد التهاب در بافت ریه یا پنومونی می‌شود.

-همچنین این عفونت می‌تواند از طریق استفراغ بخشی از مایعات معده به ریه یا در بیماران بستری در بخش‌های ویژه که دارای لوله تنفسی هستند ایجاد شود.

## \*افراد در معرض ابتلا به پنومونی(التهاب ریه)

-افراد سالمند  
-افرادی که سیگار یا الکل مصرف می‌کنند.  
-افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی و ریوی؛ دیابت  
-افراد مبتلا به بیماری‌های سرکوب‌کننده‌ی سیستم ایمنی  
-افراد تحت درمان با داروهای ضد التهابی یا آنتی‌بیوتیک‌ها  
-کودکان



## علائم پنومونی

-تب و لرز

-سردرد

-درد عضلانی و خستگی

-کم‌اشتهایی

-درد قفسه سینه به صورت عمیق که با سرفه و تنفس عمیق تشدید می‌شود.

-تنگی نفس و تنفس سریع و سطحی

-سرفه: (در ابتدا خشک است اما طی ۱

الی ۲ روز بعد خلط دار می‌شود).

غالباً خلط چرکی و زرد رنگ است اما

ممکن است خلط قرمز یا با رگه‌های

خونی در نوعی از پنومونی

دیده شود.



## \* نکات مهم در پنومونی

-ابتلا به بیماری‌های مزمنی چون بیماری‌های قلبی، ریوی، کلیوی، کبدی و یا دیابت و یا افزایش سن بالای ۶۵ سال و همچنین ضعف سیستم ایمنی همگی در افزایش احتمال ابتلا به پنومونی موثر هستند.

-جهت تسکین علائم ریوی و رقیق شدن ترشحات از بخور گرم و مرطوب استفاده کنید.

-تمرین تنفس عمیق با کمک اسپرومتری و سرفه مناسب به بهبود تنفس شما کمک می‌کند.

جهت بهبود الگوی تنفس می‌توانید در حالت نشسته یا ایستاده کمی به جلو خم شوید و تنفس را با لب‌های غنچه‌ای انجام دهید.

-مایعات فراوان ( به خصوص مایعات مغذی) بنوشید.

-برای بهبود وضعیت تنفس در هنگام استراحت بهتر است در وضعیت راحت ( نیمه نشسته) قرار گیرید و به صورت مرتب وضعیت خود را تغییر دهید.

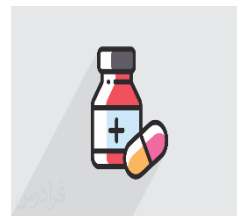
-از مصرف سیگار و الکل اجتناب کنید و از استرس پرهیز نمایید.

-در درمان سردرد و تب ممکن است از مسکن‌های تب‌بر با نظر پزشک معالج استفاده شود.

-استراحت در بستر و اجتناب از فعالیت‌های شدید تا هنگام برطرف شدن تب، درد و کوتاهی تنفس ضروری است.

ممکن است تا چند هفته بعد از بهبود علائم احساس خستگی و ضعف داشته باشید.

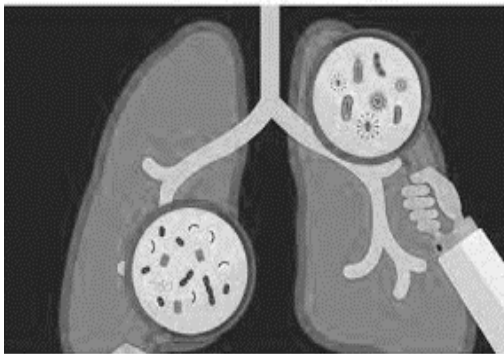
-از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک خودداری کنید.



بیمارستان شهید محمد منتظری

واحد آموزش سلامت

# پنومونی (التهاب ریه)



تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۹/۲۶

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۹/۲۶

کد: MH.BR.PE.INM.۱۶۴

واحد آموزش به بیمار