

## ذات‌الریه

نوعی عفونت ریه است که می‌تواند خفیف یا شدید باشد و گاهی ممکن است، این بیماری باعث شود تا در بیمارستان بستری شوید .

این اتفاق زمانی می‌افتد که عفونت ریه منجر به این شود که کیسه‌های هوا در ریه‌های شما، با مایعات یا چرک پر شود . هر کسی می‌تواند دچار این بیماری شود، اما کودکان زیر ۲ سال و افراد بالای ۶۵ سال در معرض خطر بیشتری هستند. به این دلیل که، سیستم ایمنی بدن آنها ممکن است به اندازه کافی برای مقابله با این بیماری قوی نباشد. همچنین باید به این نکته اشاره کرد که پنومونی ممکن است در هر دو ریه اتفاق بیفتد. علل به‌وجود آمدن این بیماری می‌تواند باکتری‌ها، ویروس‌ها و قارچ‌ها باشند .

اگر ذات‌الریه به دلیل باکتری یا ویروس باشد، واگیردار است و ممکن است به فردی دیگر منتقل شود. سیگار کشیدن و نوشیدن زیاد الکل نیز می‌تواند شانس ابتلا به ذات‌الریه را بالا ببرد.

## عوامل مختلفی در ایجاد پنومونی نقش دارند از جمله:

- ۱- ویروس‌ها، باکتری‌ها، قارچ‌ها و انگل‌ها. در بیشتر موارد، نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است .
- ۲- استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی و مواد حساسیت‌زا که باعث التهاب ریه می‌شوند .
- ۳- مواجهه با موادی که در محیط کار یا محیط‌های دیگر وجود دارند و باعث التهاب بافت ریه می‌شود، مثلا برخی کشاورزان در اثر تنفس گرد و غبار یا سموم شیمیایی دچار التهاب ریه می‌شوند .
- ۴- گاهی استفراغ باعث ایجاد پنومونی میشود. با استفراغ، بخشی از محتویات معده وارد ریه‌ها می‌شود و موجب التهاب ریه‌ها می‌گردد .

## علائم پنومونی :

- تب و لرز، کم‌اشتهایی، سردرد.
- درد قفسه سینه (تنفس عمیق یا سرفه، منجر به درد عمیق در قفسه سینه می‌شود).
- سرفه که در ابتدا خشک است. اما ۱ تا ۲ روز بعد، سرفه خلط‌دار می‌شود. خلط معمولا زرد رنگ است و ممکن است رگه‌های خونی داشته باشد .
- تنگی نفس، تنفس سریع و سطحی.

پس از درمان موفقیت‌آمیز عفونت ریوی، ممکن است احساس

خستگی، کوتاهی نفس و سرفه‌ی آزاردهنده و طولانی مدت را برای

چند هفته داشته باشید که طبیعی است.

## افراد در معرض ابتلا به پنومونی:

- کودکان و سالمندان خصوصا آن‌هایی که بیماری مزمن دارند .
- افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت.
- افراد سیگاری یا الکلی.
- افرادی که سیستم ایمنی ضعیف دارند مانند افراد مبتلا به ایدز.
- افرادی که طحال آنها با جراحی برداشته شده است.





## پنومونی یا نومونیا (ذات الریه)



### پیشگیری از پنومونی

\* واکسن بزنید: واکسن هایی برای پیشگیری از برخی از انواع ذات الریه و آنفولانزا در دسترس هستند. در مورد دریافت این واکسن ها با پزشک خود صحبت کنید. دستورالعمل های واکسیناسیون در طول زمان تغییر کرده است، بنابراین مطمئن شوید که وضعیت واکسیناسیون خود را با پزشک خود بررسی کنید، حتی اگر به یاد داشته باشید که قبلاً واکسن ذات الریه دریافت کرده اید.

\* مطمئن شوید که کودکان واکسینه می شوند: پزشکان یک واکسن متفاوت پنومونی را برای کودکان کمتر از ۲ سال و برای کودکان ۲ تا ۵ ساله که در معرض خطر بیماری پنوموکوک هستند توصیه می کنند. کودکانی که در یک مرکز مراقبت از کودکان گروهی حضور دارند نیز باید واکسن را دریافت کنند. پزشکان همچنین واکسن آنفولانزا را برای کودکان بزرگتر از ۶ ماه توصیه می کنند.

\* بهداشت را خوب رعایت کنید: برای محافظت از خود در برابر عفونت های تنفسی که گاهی منجر به ذات الریه می شود، دست های خود را مرتب بشویید یا از ضدعفونی کننده های الکلی استفاده کنید.

\* سیگار نکشید: سیگار به دفاع طبیعی ریه های شما در برابر عفونت های تنفسی آسیب می رساند.

\* سیستم ایمنی خود را قوی نگه دارید: به اندازه کافی بخوابید، به طور منظم ورزش کنید و یک رژیم غذایی سالم داشته باشید.

### تشخیص پنومونی:

با انجام معاینات و رادیوگرافی، بیماری تشخیص داده می شود. در موارد نادری، ممکن است علائم یک بیماری شبیه به عفونت ریه باشد و بررسی های بیشتر نیاز باشد.

### درمان پنومونی:

در مواردی بصورت سرپایی قابل درمان است و گاهی بیمار باید بستری شود. درمان با آنتی بیوتیک (خوراکی یا تزریقی) و فیزیوتراپی قفسه سینه است و در بعضی بیماران از اکسیژن استفاده می شود.

- در صورتی که در ۲ تا ۳ ماه گذشته سفری به کشورهای دیگر داشته اید، بسیار مهم است که فوراً این موضوع را با پزشک خود در میان بگذارید. ممکن است نوع عامل بیماریزا که از مکان های دیگر موجب بیماری شده به درمان متفاوتی نیاز داشته باشد.

### رعایت نکات زیر در بیماران مبتلا به پنومونی مهم است:

\* تمام داروها را طبق دستورالعمل پزشک مصرف کنید.

\* استراحت کافی داشته باشید.

\* مقدار زیادی مایعات بنوشید.

\* سیگار را ترک کنید.

\* مرتباً دستانتان را با آب و صابون بشویید.

\* از یک برنامه غذایی سالم پیروی کنید.

\* ورزش منظم داشته باشید.

شناسنامه بروشور آموزشی		کد: PM-06-56-A
عنوان	پنومونی یا نومونیا (ذات الریه)	
تهیه کننده	آذر محمدی کارشناس پرستاری	
تأیید کننده	کارگروه آموزش به بیمار	
سال تهیه	۱۴۰۲	
منبع	۱) برونر و سودارت - پرستاری داخلی جراحی (بیماریهای تنفس) ۲۰۲۲ - ۲) <a href="http://www2.irib.ir/health">http://www2.irib.ir/health</a>	
پزشک تأیید کننده		
ناظر کیفی		
دکتر سید عباس رخشا		