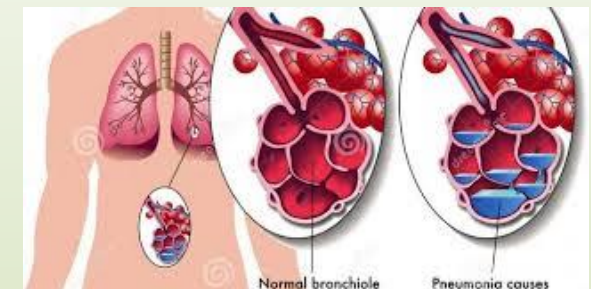


به نام خدا

پنومونی چیست ؟

پنومونی به معنای عفونت شدید و التهاب بافت ریه ها می باشد که عفونت ناشی از آن می تواند زندگی را به مخاطره اندازد.



علائم :

- ✓ تب و لرز
- ✓ سرفه (ممکن است خشک یا همراه با خلط به رنگ زرد - سبز و قهوه ای باشد و یا همراه با رگه های خونی باشد)
- ✓ تعریق
- ✓ خلط سبز ، زرد یا خونی
- ✓ کم اشتها
- ✓ احساس ناخوشی و کسالت
- ✓ احساس خفگی و تنگی نفس
- ✓ سردرد و درد قفسه سینه

نکته :

علائم پنومونی در عرض 24-48 ساعت ممکن است به طور ناگهانی تشدید شود.

درمان :

- _ آنتی بیوتیک درمانی
- _ تجویز برونکودیلاتور ، ضد التهاب
- _ بهبود اکسیژن رسانی
- _ فیزیوتراپی قفسه سینه در حد تحمل و تشویق بیمار به دفع خلط

اول پائیز جهت واکسیناسیون علیه آنفلوانزا با پزشک خود مشورت کنید.

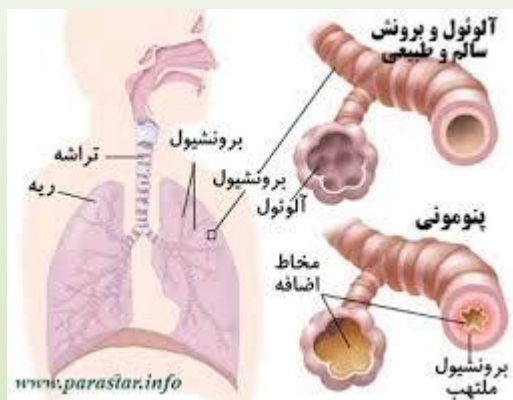
مراقبت از خود :

- _ تغییر پوزیشن دوره ای باید انجام شود
- _ بالا بردن سر تخت جهت اکسیژن رسانی موثر
- _ تشویق بیمار به سرفه موثر جهت تخلیه خلط
- _ استراحت کردن و پرهیز از افزایش فعالیت هایی که می تواند علائم بیماری را تشدید کند
- _ اجتناب از مصرف دخانیات
- _ محدود کردن تماس با اقوام و دوستان
- _ رعایت بهداشت دست با شستن مکرر دست با آب و صابون
- _ بخور جهت رقیق کردن ترشحات



بیمارستان خصوصی گروه پزشکی شمس

پنومونی



تهیه و تنظیم :

حسین اسدپور سوپروایزر ارتقاء سلامت
رباب پذیرش کارشناس بهبود کیفیت

تاریخ تدوین : دی 1395

تاریخ آخرین بازنگری : بهمن 1400

علائم هشدار برای مراجعه به پزشک یا

اورژانس :

- اگر تنفس تند یا دردناک دارید.
- اگر سردردهایتان بیشتر شده است.
- اگر سرفه خونی یا تغییر رنگ خلط دارید.
- اگر کاهش وزن و تعرق شبانه دارید.
- اگر انتهای انگشت هایتان آبی شده است.
- اگر درد قفسه سینه دارید که با نفس کشیدن بدتر می شوید.

منبع : پرستاری داخلی ، جراحی برونر
سوارث نشر جامعه نگر

تغذیه :

- افزایش مصرف مایعات در روز جهت تخلیه بهتر ترشحات
- افزایش تعداد وعده های غذایی با حجم های کمتر تا افزایش حجم معده موجب تنگی نفس نشود .
- افزایش مصرف موادی مانند شیر، سفیده تخم مرغ، عصاره گوشت و اجتناب از مصرف غذاهای نشاسته دار و شیرین تا بهبودی علائم
- افزایش مصرف میوه و سبزیجات تازه که حاوی ویتامین C هستند و با داشتن آنتی اکسیدان به دفع سموم از بدن کمک می کند مثل : آناناس ، پرتقال و سیب
- اجتناب از مصرف مواد محرک مانند : قهوه ، نسکافه ، چای پررنگ
- مصرف نوشیدنی شامل عسل و لیمو