



عفونت ریه



آنچه بیمار بایستی بداند:

عفونت ریه: عفونت ریه یک بیماری شایعی است که به علت رشد میکروب هایی نظیر باکتری و قارچ در بافت ریه و کیسه های راه هوایی ایجاد می شود و در موارد نادر ویروس ها نیز می تواند در آن نقش داشته باشند.

عفونت ریه امکان دارد خفیف یا شدید باشد و می تواند افراد در هر سنی را تحت تاثیر قرار دهد.

علائم عفونت ریه: تب- لرز- تنگی نفس- درد قفسه سینه- سرفه- خلط- خس خس سینه- بی حالی- کاهش اشتها- ضعف- درد عضلانی- برافروختگی گونه و سیاه شدن لب ها و بستر ناخن

عوامل خطر عفونت ریه: افزایش سن- بیماری های زمینه ای مانند دیابت و ایدز و هیپاتیت - مصرف کورتون و داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی- بیماران شیمی درمانی- تغذیه نامناسب- فقر و عدم رعایت بهداشت- کاهش فعالیت و تحرک- مصرف دخانیات و مواد مخدر- سابقه آلرژی و آسم- فقدان واکسیناسیون- سرطان

عوارض عفونت ریه: مشکلات تنفسی- عفونت خون- مرگ

آنچه شما به عنوان بیمار بایستی بدانید:

دارو:

- مصرف داروها طبق دستور پزشک
- اگر داروهایتان را فراموش کردید در زمانی که به یاد آوردید مصرف نمایید.
- مصرف طولانی مدت آنتی بیوتیک در خانم ها گاهی ممکن است باعث تحریک بروز عفونت های قارچی زنانه شود، در صورت بروز خارش شدید و ترشح سفید رنگ در طی مصرف آنتی بیوتیک به پزشک معالج مراجعه نمایید و شخصا اقدام به قطع مصرف دارو نکنید
- طول دوره درمان حدودا ۱۰-۱۴ روز می باشد.
- بهتر است تا جایی که بیمار تحمل می کند از داروهای ضد سرفه استفاده نشود. سرفه برای تخلیه ترشحات ریه لازم است.
- اگر دچار تب شده اید از مصرف آسپرین خودداری نمایید.
- آسپری های خود را به نحو صحیح و در زمان صحیح استفاده نمایید.

تغذیه:

- ✓ روزانه ۸-۱۲ لیوان مایعات مصرف نمایید به رقیق شدن ترشحات کمک می کند.
- ✓ در رژیم غذایی خود مرکبات و ویتامین سی را قرار دهید. به بهبود عفونت کمک می نماید.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کامیاب

عفونت ریه

- ✓ از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب و پر پروتئین و پر کالری پیروی نمایید.
- ✓ از مصرف الکل و نوشیدنی های کافیین دار و دخانیات خودداری نمایید.
- ✓ از نوشیدن مایعات شیرین و آب میوه های صنعتی پرهیز شود.
- ✓ برای تسکین سرفه استفاده از عسل و آب گرم توصیه می شود.
- ✓ از مصرف موز، آجیل، شیرینی و شکلات که باعث سرفه می گردد پرهیز نمایید.
- ✓ در اول پاییز با پزشک خود در مورد تزریق واکسن آنفولانزا و پنومونی مشورت نمایید.

فعالیت:

- مراجعه به پزشک معالج در زمان تعیین شده و قبل از اتمام داروها
- هر ساعت ۲-۳ بار سرفه و تنفس عمیق داشته باشید.
- جهت فیزیوتراپی می بایست دست خود را به شکل کاپ کرده و از پشت قفسه سینه از پایین به سمت بالا کوبیده شود و در این حین سرفه نمایید.
- در مسافرت های هوایی در مورد نیاز به اکسیژن اضافی با پزشک خود مشورت نمایید.
- برای بهبود وضعیت تنفسی خود لازم است دم آهسته همراه با بازدم طولانی در وضعیت خم شده به جلو و با لب های غنچه ای انجام دهید.
- از قرار گرفتن در معرض هوای بسیار سرد یا گرمای زیاد بپرهیزید باعث افزایش خلط و تنگی نفس می شود.

سایر مراقبت ها:

- ✓ ممکن است احساس خستگی بیشتری نمایید. این خستگی به تدریج و به مرور زمان از بین می رود. در طول روز و بین فعالیت ها دوره های استراحت را در نظر بگیرید.
- ✓ در هنگام عطسه و سرفه دهان و بینی خود را بپوشانید.
- ✓ دستمال های استفاده شده را درون پلاستیکی قرار داده و معدوم نمایید.
- ✓ دستان خود را مرتب بشوید.
- ✓ افراد مسن و افرادی که در معرض خطر هستند سالانه واکسن آنفولانزا و پنومونی را تزریق نمایید.
- ✓ جهت تسکین سرفه و بهبود علایم تنفسی می توان از بخور گرم استفاده نمایید.
- ✓ سیگار کشیدن الکل و مواد مخدر خطر ابتلا به عفونت ریه را افزایش می دهد پس استفاده ننمایید.
- ✓ چنانچه در محیط سرد قرار می گیرید از ماسک صورت و شال گردن استفاده نمایید.

در صورت بروز علایم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید:

تب کنترل نشده-سختی در تنفس-افزایش یا عود مجدد تب-عدم تحمل نسبت به داروها-سرفه خونی یا تغییر رنگ خلط-کاهش وزن ناگهانی و تعریق شبانه-کبودی بستر ناخن ها

جهت پیگیری و سوالات خود می توانید با کلینیک پرستاری خود مراقبتی به شماره ۰۵۱۳۸۰۲۶۱۵۹ تماس حاصل نمایید.

سایت بیمارستان : <http://h-kamyab.mums.ac.ir>

با اسکن بارکد، از مطالب آموزشی سایت بیمارستان استفاده نمایید.



سال تهیه: 1401

کد پمفلت: INF/3/1

بازنگری: 1404

گروه هدف: بیماران