

## **ВНИМАНИЕ ПНЕВМОНИЯ!**

*Пневмония* – инфекционное поражение легких, при котором альвеолы воспаляются и заполняются жидкостью, что приводит к нарушению обмена кислорода и углекислого газа в легких и к дыхательной недостаточности.

Внебольничная пневмония - это острое заболевание, возникшее вне стационара или диагностированное в первые 2 суток от момента госпитализации. Внебольничная пневмония является достаточно распространенным заболеванием в нашей стране. За последние 2 года наблюдается рост количества заболеваний. Риск заражения данным заболеванием возрастает после перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп или простуда. В тяжелых случаях пневмония может привести к летальному исходу.

### *Что представляет собой внебольничная пневмония*

Основная группа микроорганизмов, способных вызвать внебольничные пневмонии: пневмококк, гемофильная палочка, клебсиелла, хламидия, микоплазма, легионелла, респираторные вирусы.

Некоторые возбудители имеют свои особенности в плане источников заражения или течения заболевания. Заболевания легких, которые ими вызываются, называют пневмониями с атипичным возбудителем (не стоит путать с «атипичной пневмонией»). Эти возбудители - хламидия, микоплазма, легионелла.

Источником инфекции является больной человек с признаками инфекции дыхательных путей, а также люди с бессимптомным течением инфекции, без клинических симптомов заболевания.

Основной путь передачи – воздушно-капельный (при чихании, кашле, разговоре, дыхании). Источником заражения при хламидийной пневмонии может быть птица (попугай, куры, утки). Легионелла может «проживать» в кондиционерах при неправильном уходе за ними. Микоплазмоз дыхательных путей – инфекционное заболевание, вызываемое микробом, распространяющимся в коллективах при тесном контакте с больным человеком.

### *Симптомы заболевания*

В типичных случаях острая пневмония сходна с проявлениями ОРЗ: повышение температуры тела, озноб, кашель, который сначала может быть сухим, а потом - влажным с отделением мокроты, одышка с ощущением затруднения при дыхании, боли в грудной клетке. Больного также могут беспокоить общие симптомы, особенно при тяжелых случаях: резкая слабость, отсутствие аппетита. В последние годы из-за особенностей самих микроорганизмов, а также из-за бесконтрольного применения антибиотиков, например, при острых вирусных респираторных заболеваниях, многие бактерии приобретают устойчивость к ряду антибиотиков, поэтому лечение должно назначаться только врачом. При пневмонии, вызванной «атипичным возбудителем» может отсутствовать лихорадка, общее состояние может быть нетяжелым, но проявления легочной

недостаточности – одышка, усиление сердцебиения, слабость, снижение аппетита должны насторожить, в первую очередь родителей.

***Основные рекомендации по профилактике пневмонии***

Здесь очень важную роль играет предупреждение респираторных вирусных инфекций. Поскольку пневмония часто является осложнением после перенесенного гриппа, необходимо своевременно, до подъема заболеваемости, позаботиться о том, чтобы всем членам семьи сделать прививки против гриппа.

1. В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маски для защиты органов дыхания и воздерживаться от посещения мест с большим скоплением людей.

2. Стараться как можно чаще мыть руки с мылом, особенно после кашля или чихания, регулярно промывать носовые ходы.

3. Во время кашля или чихания необходимо прикрывать рот и нос бумажной салфеткой, а при ее отсутствии, прикрывать нос и рот не руками, а локтем или плечом.

4. При обнаружении признаков заболевания, чтобы не допустить распространения инфекции, оставайтесь дома сами и ни в коем случае не отправляйте ребенка в детский сад или школу. Вызовите врача на дом и строго соблюдайте рекомендации по лечению заболевания.

5. Не забывайте в холодное время года одеваться по погоде, избегать переохлаждений и сквозняков.

6. Соблюдайте режим проветривания и ежедневной влажной уборки помещений.

7. Если у вас дома или в учреждении, где ваш ребенок пребывает длительное время, есть кондиционер, необходимо следить за его чистотой.

8. Если Вы заболели ОРЗ необходимо до конца лечения оставаться дома, не переохлаждаться. В случае длительного сохранения температуры или появления боли в грудной клетке, особенно с одной стороны, необходимо срочно обратиться к врачу и провести обследование

***Соблюдение этих правил поможет вам и вашим близким избежать заболевания внебольничной пневмонией.***

***Если вы хотите оградить от болезни своего ребенка, следите за своим здоровьем, ведь зачастую родители являются источником инфекции для ребенка, особенно при тех заболеваниях, которые передаются при тесном контакте.***

***При первых признаках респираторного заболевания необходимо незамедлительно обратиться к врачу.***

***Качественные профилактические меры против пневмонии помогут вам оставаться абсолютно здоровыми в любую погоду.***

***Будьте здоровы!***