

به التهاب بافت ریه که یک یا دو طرف قفسه‌سینه را درگیر می‌کند و معمولاً در اثر عفونت ایجاد می‌شود، پنومونی یا عفونت ریه گفته می‌شود. ممکن است، منبع عفونت ریه در نقطه دیگری از بدن باشد و از طریق جریان خون منجر به عفونت ریه‌ها شود. این بیماری به خصوص در افراد مسن و کودکان کم‌سن، خطرناک است.

### علل پنومونی

-در اثر ارگانسیم‌های مختلفی شامل ویروس‌ها، باکتری‌ها، قارچ‌ها و انگل‌ها ایجاد می‌شود .

-در اثر استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی نیز التهاب ریه ایجاد می‌شود .

-التهاب ریه در اثر استنشاق مواد حساسیت‌زا ایجاد می‌شود .

-مواجهه با موادی که در محیط کار یا محیط‌های دیگر وجود دارند، باعث ایجاد التهاب در بافت ریه می‌شود، مثلاً در برخی کشاورزان در اثر تنفس گردوغبار، التهاب ریه رخ می‌دهد .

-در بیشتر موارد، نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است .

-در اثر استفراغ، بخشی از محتویات معده وارد ریه‌ها می‌شود و موجب التهاب ریه‌ها می‌گردد.

### علائم پنومونی

تب و لرز - کم‌اشتهایی - سردرد

درد قفسه‌سینه: تنفس عمیق یا سرفه، منجر به ایجاد درد عمقی در قفسه‌سینه می‌شود.

سرفه: سرفه در ابتدا، خشک است. اما ۱ تا ۲ روز بعد، سرفه، خلط‌دار می‌شود .

خلط معمولاً زرد رنگ است و ممکن است رگه‌های خونی داشته باشد.

تنگی نفس و 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 داشته‌باشید که طبیعی است

### افراد در معرض ابتلا به پنومونی

کودکان خصوصاً آن‌هایی که بیماری مزمن دارند.

افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت

افرادی که سیگار می‌کشند.

افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند مانند افراد مبتلا به ایدز

افراد پیر و ضعیف

افرادی که طحال آنان با جراحی برداشته شده است

افراد الکلی

### پیشگیری از پنومونی

-سیگار کشیدن بافت ریه را تخریب می‌کند و ریه را نسبت به عفونت‌ها آسیب‌پذیر می‌کند.

-برای باکتری پنوموکوک واکسنی تهیه شده است، اما جزء برنامه‌ی واکسیناسیون کشوری نیست. برای دریافت آن می‌توانید به پزشک مراجعه کنید .

-اگر بالای ۶۵ سال دارید، سیستم ایمنی شما ضعیف شده است یا به بیماری مزمنی مانند بیماری مزمن قلبی، ریوی، کلیوی، کبدی، آسم و یا دیابت دچار هستید، باید واکسن پنوموکوک را دریافت کنید، همچنین باید به خوبی از خود مراقبت کنید و برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی ویروسی، واکسن آنفلوانزا بزنید.

-اگر به هر علتی با جراحی، طحال شما برداشته شده است، دریافت واکسن پنوموکوک بسیار اهمیت دارد.

-در صورت ابتلا به سرماخوردگی و سایر عفونت‌های تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا از انتقال عوامل بیماری‌زا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود.

### تشخیص پنومونی

با معاینات و برخی اقدامات دیگر (مانند: رادیوگرافی)، بیماری تشخیص داده می‌شود .

در موارد نادری، ممکن است یک بیماری شبیه به عفونت ریه باشد و به بررسی‌های بیشتر نیاز باشد، مثلاً سرطان ریه با چنین علائمی بروز می‌کند .

### درمان پنومونی

در مواردی به صورت سرپایی قابل درمان است و در موارد دیگر به صورت بستری صورت می‌گیرد.

درمان آنتی‌بیوتیکی، فیزیوتراپی قفسه‌سینه، و در مواردی اکسیژن استفاده می‌شوند .



## پنومونی



واحد آموزش

تابستان ۹۳

-سیر: ضد عفونی کننده قوی برای مجاری ریه است و مصرف آن به سرعت خلط سینه را کم می کند. سوپ سیر در زمستان، مجاری تنفسی را تقویت می کند و برای مرض برونشیت مفید است.

-کدو حلوائی: نرم کننده سینه و خنک کننده می باشد.

-جوشانده عناب: تسکین دهنده برای درمان عفونت های گلو، برونشیت، روده ها و مجاری ادرار است. به این صورت که ۳۰ تا ۶۰ گرم عناب خشک را در یک لیتر آب به مدت نیم ساعت می جوشانند و آن را مصرف می کنند.

دم کرده گل ختمی و برگ ختمی: برای درمان عفونت های مجاری تنفسی، تورم روده، انواع زکام، برونشیت، درد گلو، ورم حنجره و آئزین بسیار مفید است.

-جوشانده خرما: ۶۰ گرم خرما در یک لیتر آب جوش بریزید و پس از ولرم شدن میل کنید. برای درمان زکام، درد گلو و عفونت های ریوی موثر است.

-جوشانده برگ کرفس: جوشانده ۳۰ گرم برگ کرفس در یک لیتر آب مخلوط با شیر، در درمان بیماری های ریوی و گرفتگی صدا موثر است.

-پیاز: گوگرد پیاز، پس از ورود به خون وقتی وارد ریه ها شد، با عفونت های مجاری تنفسی مبارزه می کند.

-جوشانده انجیر: برای درمان برونشیت های کهنه دارای خاصیت فوق العاده ای است.

-آب هویج: در رفع ترشحات برونش ها و ریه ها فوق العاده موثر است.

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 ارگانیسمی که از مکان های دیگر موجب بیماری شما شده به درمان متفاوتی نیاز داشته باشد.

بسته به نوع و شدت بیماری ممکن است درمان خوراکی یا تزریقی استفاده شود.

پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه ی آزاردهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته باشید که طبیعی است.

### آنفلوآنزا می تواند باعث پنومونی شود

بهترین روش مقابله با عوارض این بیماری، رعایت بهداشت فردی و واکسینه کردن افراد بر علیه آنفلوآنزا است. پزشکان، اواخر شهریور و اوایل پاییز را به عنوان زمان مناسب برای تزریق واکسین آنفلوآنزا توصیه می کنند

### مقایسه پنومونی و برونشیت

پنومونی اغلب شدیدتر از برونشیت می باشد. برونشیت، التهاب یا عفونت راه های هوایی بزرگ (برونش ها) می باشد. در برخی مواقع، برونشیت و پنومونی همزمان رخ می دهد که به آن برونکوپنومونی می گویند.

### درمان های طبیعی پنومونی

-آویشن: به عنوان ضد اسپاسم در درمان سیاه سرفه، برونشیت، عفونت ریه، سرماخوردگی و آنفلوآنزا استفاده می شود. برای درمان سرفه، یک مشت آویشن را در یک لیتر آب جوشانده و آن را صاف کنید، بعد ۲۵۰ گرم عسل به آن اضافه کرده و هر روز نصف فنجان میل کنید.