

ВНЕБОЛЬНИЧНАЯ ПНЕВМОНИЯ



Пневмония относится к числу наиболее распространенных острых заболеваний. Рост заболеваемости внебольничной пневмонией наблюдаются в период подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом. Связано это в основном с самолечением, поздним обращением к участковому терапевту, когда ОРВИ уже дает свои осложнения, несоблюдением постельного режима, вредными привычками (курение, употребление алкоголя)

Внебольничная пневмония (синонимы: домашняя, амбулаторная) - это острое заболевание, возникшее во внебольничных условиях, сопровождающееся симптомами

инфекции нижних дыхательных путей (температура, кашель, боли в груди, одышка) и "свежими" очагово-инфильтративными изменениями в легких при отсутствии очевидной диагностической альтернативы.

Важно! Обязательным условием постановки диагноза «пневмония» является рентгенологическое подтверждение. Без наличия соответствующей рентгенологической картины диагноз не может быть поставлен, необходимо дообследование.

В нормальных условиях ряд микроорганизмов, например *Streptococcus pneumoniae*, могут колонизировать ротоглотку, но нижние дыхательные пути при этом остаются стерильными. В случаях же повреждения механизмов "самоочищения", например, при вирусной респираторной инфекции, курении (хроническое воспаление дыхательных путей) создаются благоприятные условия для развития пневмонии. В отдельных случаях самостоятельным патогенетическим фактором могут быть массивность дозы микроорганизмов или проникновение в респираторные отделы легких даже единичных высоковирулентных микроорганизмов, устойчивых к действию защитных механизмов организма, что также приводит к развитию пневмонии.

Обстоятельства, нарушающие механизмы защиты легких

- Злоупотребление алкоголем
- Курение
- Пожилой возраст
- Иммунодефицит

- Онкологические заболевания
- ХОБЛ
- Другие хронические заболевания
- Ингаляционное токсическое воздействие
- Микро- и макроаспирация
- Вирусная инфекция

Подозрение на пневмонию должно возникать при наличии лихорадки в сочетании с жалобами на кашель, одышку, отделение мокроты и/или боли в груди. Часто возникают жалобы на немотивированную слабость, утомляемость, сильное потоотделение, особенно по ночам.

Такие признаки пневмонии, как остролихорадочное начало, боли в груди и т.д. могут отсутствовать - особенно у ослабленных больных и лиц пожилого возраста.

Профилактика внебольничной пневмонии

1. *Соблюдайте гигиену рук.* Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.

2. *Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания.* Если у вас нет салфетки, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не руками.

3. *Оставайтесь дома, если вы или ваш ребенок переболели, в течение, по крайней мере, 24 часов* после того, как температура спала или исчезли её симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.

4. Все члены семьи должны *сделать прививку от сезонного гриппа*, как только поступит соответствующая вакцина.

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

6. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).

7. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее — сквозняков.

8. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

9. В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.

10. Важно помнить, что если вы хотите оградить себя и детей от болезни, следите за своим здоровьем, ведь зачастую родители являются источником инфекции для ребенка, особенно при тех заболеваниях, которые передаются при тесном контакте (микоплазменная инфекция, стафилококк, многие вирусные инфекции).

11. Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе.

К сожалению, из-за особенностей самих микроорганизмов, а также и по причине безграмотного и неправильного бесконтрольного применения антибиотиков, например, при острых вирусных респираторных заболеваниях (ОРВИ или ОРЗ), многие бактерии приобретают устойчивость к ряду антибиотиков. Лечение назначает только врач!

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ: если заболели Вы или ваш ребенок, Вам необходимо обратиться к врачу. При тяжелом состоянии необходимо вызвать врача на дом, и ни в коем случае не заниматься самолечением.