

ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВНЕБОЛЬНИЧНОЙ ПНЕВМОНИИ



Внебольничная пневмония - это острое заболевание, возникшее вне стационара или диагностированное в первые 2 суток от момента госпитализации. Острой пневмонией (воспалением легких) называют инфекционное заболевание, при котором в воспалительный процесс вовлекаются легкие. В тяжелых случаях пневмония может привести к летальному исходу.

Пневмония передается воздушно – капельным путем, при вдыхании микробов от больного человека. Риск заражения данным заболеванием очень высок после недавно перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп или простуда.

Причины возникновения внебольничной пневмонии:

Примерно в половине случаев внебольничную пневмонию вызывает *Streptococcus pneumoniae* (пневмококк). Другими наиболее распространенными возбудителями этого заболевания являются микроорганизмы, которые относятся к атипичным (например, микоплазма и легионелла). Реже амбулаторная пневмония вызывается гемофильной палочкой.

Симптомы

пневмонии.

Пациенты могут жаловаться на:

- повышение температуры тела, озноб;
- кашель (сухой, либо влажный с отделением мокроты);
- одышка – ощущение затруднения при дыхании;
- боли в грудной клетке при дыхании;

Также больного могут беспокоить общие симптомы, особенно при тяжелых случаях:

- резкая слабость,
- отсутствие аппетита,
- боли в суставах,
- диарея (понос),
- тошнота и рвота,
- тахикардия (частый пульс),
- снижение артериального давления.
- увеличение в крови показателя лейкоцитов – воспалительных клеток

Основные рекомендации по профилактике пневмонии. Здесь очень важную роль играет предупреждение респираторных вирусных инфекций:

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, а не руками.
3. Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе. Очень важно не курить в помещении, где могут находиться люди: пассивное курение пагубно оказывается на функции бронхов и иммунитете.
4. 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).
5. До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать **прививку против гриппа**, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа. Несмотря на то, что привитые люди тоже могут болеть пневмонией, заболевание у них протекает легче, чем у не привитых.
6. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее - сквозняков.
7. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
8. Как можно чаще мыть руки и промывать носовые ходы солевыми растворами (аквалор, аквамарис, квикс и др.)
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. Возможен прием иммуномодулирующих препаратов, которые можно применять только по назначению врача.
11. 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).
12. Если у вас дома или в учреждении, где Вы пребываете длительное время, есть кондиционер, следите за его чистотой.

Необходимо помнить: если заболели Вы или ваш ребенок, Вам необходимо не вести ребенка в сад, школу, а обратиться к врачу. При тяжелом состоянии необходимо вызвать врача на дом, и ни в коем случае не заниматься самолечением.

Врач-терапевт и врач-педиатр поможет Вам и вашему ребенку снова стать здоровыми!

Всех детей, с подозрением на ОРВИ, пневмонию и т.д., отстранять от учёбы и направлять к педиатру.

Здоровья Вам и Вашим близким!

ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВНЕБОЛЬНИЧНОЙ ПНЕВМОНИИ

Внебольничная пневмония - это острое заболевание, возникшее вне стационара или диагностированное в первые 2 суток от момента госпитализации. Острой пневмонией (воспалением легких) называют инфекционное заболевание, при котором в воспалительный процесс вовлекаются легкие. В тяжелых случаях пневмония может привести к летальному исходу. Внебольничная пневмония является достаточно распространенным заболеванием в нашей стране. За последние 2 года наблюдается рост количества заболеваний. Обычно внебольничные пневмонии развиваются в период подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом, но как видно заболеваемость может регистрироваться в любое время года, даже летом.

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).

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.

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 заболевшего.

Основные рекомендации по профилактике пневмонии. Здесь очень важную роль играет предупреждение респираторных вирусных инфекций:

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, а не руками.
 3. Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе.
 4. 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).
 5. До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать прививку против гриппа, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа. Несмотря на то, что привитые люди тоже могут болеть пневмонией, заболевание у них протекает легче, чем у не привитых.
 6. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее – сквозняков.
 7. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
 8. Как можно чаще мыть руки и промывать носовые ходы солевыми растворами (аквалор, аквамарис, квикс и др.)
 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. Возможен прием иммуномодулирующих препаратов, которые можно применять только по назначению врача.
- Необходимо помнить: если заболели Вы или ваш ребенок, Вам необходимо не вести ребенка в сад, школу, а обратиться к врачу. При тяжелом состоянии необходимо вызвать врача на дом, и ни в коем случае не заниматься самолечением.

Здоровья Вам и Вашим близким!

Памятка по профилактике внебольничной пневмонии

Внебольничная пневмония — воспалительное заболевание легких, которое возникает вне условий стационара (больницы) или выявляется в первые 48 часов после госпитализации. Эта разновидность пневмонии также называется домашней или амбулаторной.

Пневмония передается воздушно — капельным путем, при вдыхании микробов от больного человека. Риск заражения данным заболеванием очень высок после недавно перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп или простуда.

Симптомы пневмонии.

Пациенты могут жаловаться на:

- повышение температуры тела, озноб;
 - кашель (сухой, либо влажный с отделением мокроты);
 - одышка — ощущение затруднения при дыхании;
 - боли в грудной клетке при дыхании;
- Также больного могут беспокоить общие симптомы, особенно при тяжелых стадиях:
- резкая слабость,
 - отсутствие аппетита,
 - боли в суставах,
 - диарея (понес),
 - тошнота и рвота,
 - тахикардия (частый пульс),
 - снижение артериального давления.

- увеличение в крови показателя лейкоцитов — воспалительных клеток

Профилактика внебольничной пневмонии.

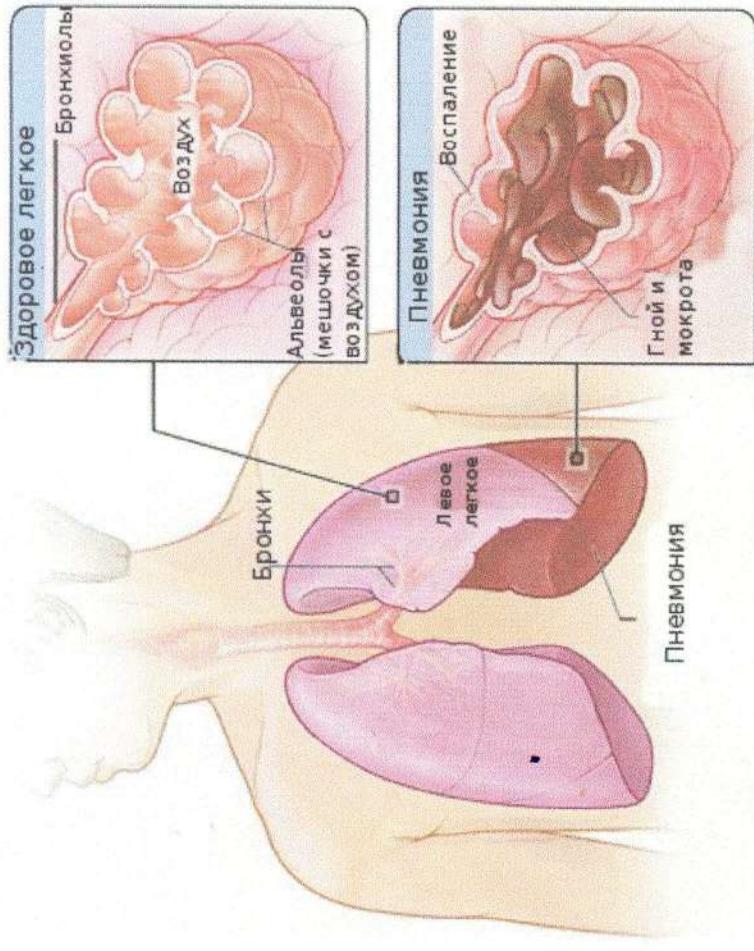
Здесь очень важную роль играет предупреждение респираторных вирусных инфекций.

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 жаропоникающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.
4. Своевременно вакцинироваться от сезонного гриппа.
5. Все члены семьи, контактирующие с больным должны привиться вакциной против пневмококковой инфекции.

При первых признаках респираторного заболевания необходимо обратиться к врачу.

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

Будьте здоровы!



Специфические меры профилактики пневмонии

Острое пневмонии не оставляет иммунитета: переболевший человек подвержен новому заражению в последующем. Учитывая то, что пневмония часто выступает осложнением после перенесенного заболевания ОРВИ и гриппом, то ежегодная вакцинация против гриппа является наиболее эффективным способом профилактики.

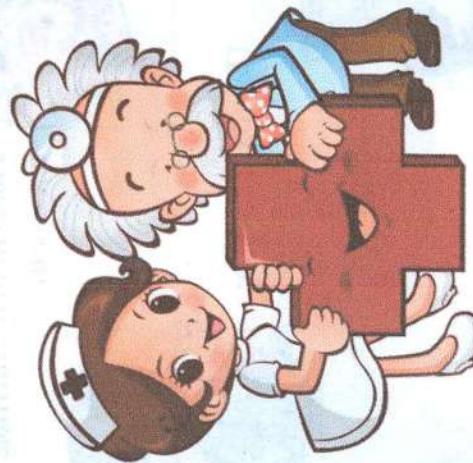
Также специфическая профилактика подразумевает под собой иммунизацию против заболеваний, способных вызвать пневмонию, а именно гемофильной инфекции, кори, коклюша.

Наиболее частым возбудителем внебольничной пневмонии бактериальной этиологии является пневмококк.

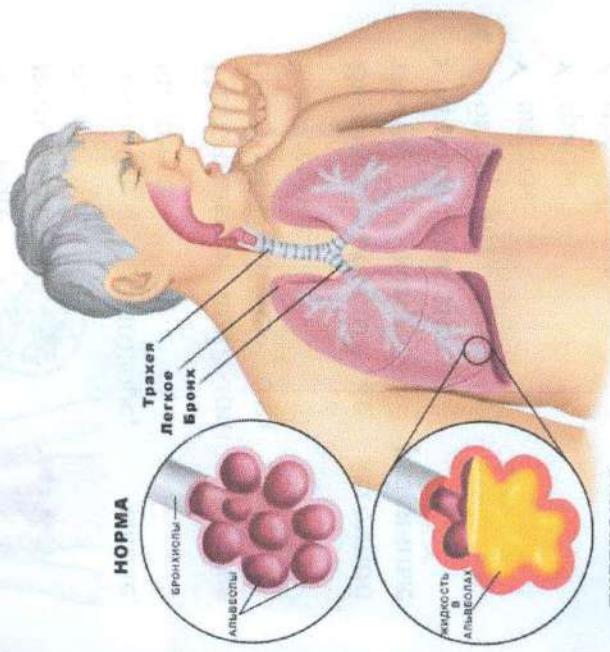
Начиная с 2014 года, в национальный календарь прививок Российской Федерации включена прививка против пневмококковой инфекции для детей, начиная с возраста 2-х месяцев, и далее - в 4,5 месяца и 15 месяцев.

ПРОФИЛАКТИКА ВНЕБОЛЬНИЧНЫХ ПНЕВМОНИЙ

Соблюдение незложных мер профилактики пневмонии поможет избежать болезни и сохранить свое здоровье. [ВИДЕО](#)



Будьте здоровы!



Центр государственного санитарно-эпидемиологического надзора
ФКУЗ «МСЧ МВА России по Тульской области»
300026 г. Тула
Калужское шоссе, 9.
Тел. (8-4872) 50-01-60, 50-00-63
факс 50-05-76

Санитарно-эпидемиологическое
объединение
«Санитарно-эпидемиологическое
объединение № 1 Тульской области»

Внебольничная пневмония – это острое воспаление легких, которое возникло вне медицинского учреждения (во внебольничных условиях), либо диагностированное в первые двое суток (48 часов) с момента доставки больного в стационар.

Инфекция передается **воздушно-капельным** путем (при дыхании, разговоре, капле, чихании).

Источником инфекции **является больной человек** или **носитель** возбудителя.

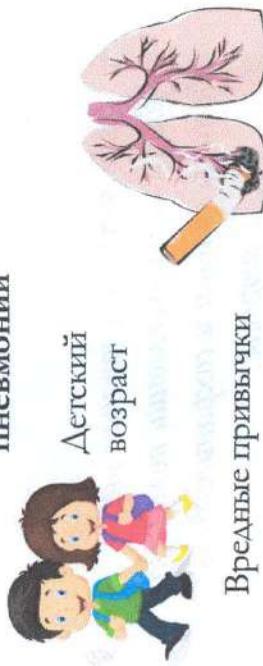
Вызвать воспаление легочной ткани могут различные инфекционные агенты:

- ✓ бактерии,
- ✓ вирусы,
- ✓ грибы,
- ✓ простейшие.

К основным симптомам пневмонии относятся:

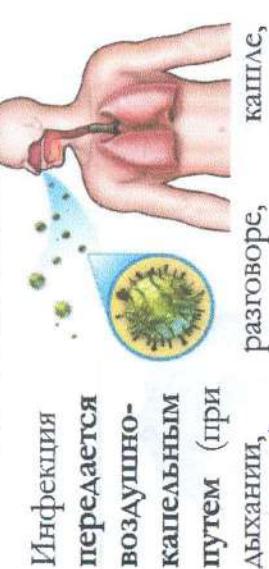
- лихорадка (температура 38–40 °C),
- кашель (выделение мокроты),
- боль в грудной клетке,
- одышка,
- немотивированная слабость,
- утомляемость.

Факторы риска пневмонии



Детский возраст

Вредные привычки



развития

Неспецифические меры профилактики пневмонии

- здоровый образ жизни, отказ от курения и алкоголя, сбалансированное и рациональное питание.
- соблюдение правил личной гигиены, режимов уборки и проветривания помещений.
- закаливание. Закаливающие процедуры укрепляют иммунную защиту и повышают сопротивляемость организма любым инфекциям.
- укрепление иммунитета.
- необходимо избегать переохлаждений.
- занятия дыхательной гимнастикой, которая направлена на улучшение вентиляции легких.
- излечение хронических очагов инфекции.
- ограничение контакта с больными.

Хронические заболевания



Пневмония относится к тем опасным заболеваниям, которые легче предупредить, чем после заниматься изнурительным лечением.



Иммунодефицитные состояния

Переохлаждение организма



ОРВИ, грипп



Возраст старше 60 лет

- В случае заболевания, не стоит идти на работу или вести ребенка в сад, школу**, так как можно заразить людей находящихся в контакте.
- Не занимайтесь самолечением!** Вызовите врача на дом или обратитесь за помощью в медицинское учреждение.

условии исключения других возможных диагнозов.

При возникновении высокой температуры на фоне или после перенесенного простудного заболевания следует обязательно обратиться к врачу и сделать рентгенограмму легких.

при малейшем подозрении на пневмонию

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

вызывайте врача.

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Симптомы

Внебольничная пневмония – не всегда заметна, но всегда опасна



Симптомы внебольничной пневмонии: лихорадка; кашель с мокротой или без нее; затруднения дыхания; боли в груди; головная боль; общая слабость, недомогание; кровохарканье; сильное погоделение по ночам. Реже встречаются: боли в мышцах и суставах; тошнота, рвота; диарея; потеря сознания. У детей раннего возраста при наличии пневмонии присутствуют следующие признаки: повышение температуры; цианоз; одышка; общие признаки интоксикации (вялость, плаксивость, нарушение сна, аппетита, отказ от груди); кашель (может и не быть). У детей более старшего возраста симптомы: недомогание, слабость, лихорадка, озноб, кашель, боль в грудной клетке, животе, увеличение частоты дыхания.

при малейшем подозрении на пневмонию

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Внебольничная пневмония – не всегда заметна, но всегда опасна

Внебольничной пневмонией называют острый инфекционный процесс в легких, возникший вне лечебного учреждения или в течение 48 часов от момента госпитализации, или развившийся у людей, которые не находились в отделениях медицинского наблюдения 14 суток и более.

Рентгенологически она характеризуется «свежими» очагами изменений в легких при

ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВНЕБОЛЬНИЧНОЙ ПНЕВМОНИИ

Внебольничная пневмония — воспалительное заболевание легких, которое возникает вне условий стационара (больницы) или выявляется в первые двое суток после госпитализации. Эта разновидность пневмонии также называется домашней или амбулаторной.

Причины внебольничной пневмонии
Примерно в половине случаев внебольничную пневмонию вызывает Другими наиболее распространенными возбудителями этого заболевания являются микроорганизмы, которые относятся к атипичным (например, микоплазма и легионелла). Реже амбулаторная пневмония вызывается гемофильной пневмонией передается воздушно - капельным путем, при вдыхании микробов от больного человека. Риск заражения данным заболеванием очень высок после недавно перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп или

Симптомы пневмонии
В типичных случаях острая пневмония проявляется следующими жалобами:

- повышение температуры тела, озноб;
- кашель (сухой, либо влажный с

отделением мокроты);
• одышка – ощущение затруднения при

- увеличение в крови показателя лейкоцитов – воспалительных клеток. Также больного могут беспокоить общие симптомы, особенно при тяжелых случаях:
- резкая слабость, аппетита,
- отсутствие боли в суставах, дыхании;
- диарея (понос),
- тошнота и рвота, пульс),
- тахикардия(частый пульс),
- снижение артериального давления.

Возникновения пневмонии
Профилактика внебольничной пневмонии здесь очень важную роль играет респираторных инфекций.

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

1. Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.
2. Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа, как только поступит
3. При первых признаках респираторного заболевания необходимо обратиться к врачу.

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

Будьте здоровы!