

تعریف :

پنومونی یعنی التهاب ریه ها در اثر باکتری ، ویروس قارچ یا آسپیراسیون غذا و آب به داخل ریه

علائم :

تب و لرز ، سرفه ، تعریق زیاد ، درد در قفسه سینه بخصوص در زمان نفس کشیدن ، کم اشتها ، کسالت ، تنگی نفس ، افزایش تعداد تنفس و پرش پره های بینی

گروههای در معرض خطر :

- ✓ نوزادان و کودکان کوچکتر
- ✓ سالمندان
- ✓ افراد سیگاری
- ✓ افرادی که بیماریهایی مانند آسم ، بیماریهای کلیوی - کبدی و قلبی دارند.
- ✓ افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند.

درمان :

- ✓ بیمار را تشویق به استراحت در تخت کنید و از فعالیت های زیاد که علائم بیماری را تشدید می کنند جلوگیری کنید.
- ✓ مصرف آنتی بیوتیک را طبق دستور پزشک و با رعایت فواصل زمانی منظم مصرف کنید.

- ✓ در طول درمان و تا بهبودی جهت تنفس بهتر و خروج ترشحات سعی کنید بیمار در حالت نیمه نشسته باشد .
- ✓ بیمار را هر دو الی سه ساعت تغییر وضعیت دهید تا به خروج ترشحات کمک کند.
- ✓ فیزیوتراپی قفسه سینه را در فواصل زمانی منظم و در زمانی که احساس می کنید ترشحات باعث تنگی نفس شده اند به صورت زیر انجام دهید:
- ✓ ابتدا دستهای خود را بشویید.
- ✓ بیمار را به شکم بخوابانید تا بدن وی شل و آرام شود (در حالت نشسته و خم شده به طرف پایین هم می توانید این کار را انجام دهید) .
- ✓ دستهای خود را با خم کردن انگشتان به شکل فنجان در آورید.



Right:
Cupped Hand



Wrong:
Flat Hand

- ✓ هر قسمت از ریه را از پشت به آرامی یک الی دو دقیقه با دست (مطابق شکل به صورت فنجانی) ضربه بزنید .
- ✓ فیزیوتراپی صحیح را معمولا از قسمت پایین ریه شروع کرده و در انتها قسمت بالا را ضربه بزنید.
- ✓ در نهایت پس از فیزیوتراپی جهت خروج ترشحات در صورت امکان بیمار را تشویق به سرفه نمایید.
- ✓ مصرف مایعات به حد کافی

تغذیه در بیماران پنومونی :

- ✓ مصرف مایعات نیمه گرم و حتی مایعات خنک برای این بیماران توصیه می شود. چون باعث دفع آسان مواد زائد از کلیه ها می شود و خروج ترشحات از ریه را آسان می کند.
- ✓ رژیم غذایی باید در حجمهای کم و در دفعات زیاد مصرف شود تا از افزایش حجم معده که خود باعث تنگی نفس می شود جلوگیری شود. همچنین رژیم غذایی باید به گونه ای باشد که هنگام بلع موجب تحریک سرفه و درد نشود.
- ✓ از مصرف نوشیدنی های محرک مانند قهوه ، نسکافه ، چای پر رنگ و نوشابه گاز دار خودداری شود.

نکاتی که حتما باید رعایت شود :

- ✓ تماس فرد مبتلا را با افراد محدود کنید.
- ✓ دست های خود و بیمار را مرتباً با آب و صابون و ژل ضدعفونی کننده تمیز نمایید .
- ✓ در زمان عطسه و سرفه جلوی بینی و دهان بیمار را با یک دستمال تمیز بگیرید .
- ✓ دستمال را بلافاصله دور بیندازید زیرا میکرب ها تا چند ساعت پس از خروج از دهان و بینی زنده میمانند.
- ✓ از دود سیگار دوری کنید.



مراقبت در منزل :

- ✓ آنتی بیوتیک ها را طبق دستور پزشک ادامه دهید.
- ✓ کودک را هر ۲-۳ ساعت در وضعیت نیمه نشسته قرار داده فیزیوتراپی سینه را انجام دهید تا به خروج ترشحات کمک کند.
- ✓ مجاری بینی را تمییز نگه دارید و در صورت تجویز قطره بینی حتما استفاده کنید.
- ✓ در صورت امکان در منزل از بخور استفاده کنید تا هوای اتاق مرطوب باشد.
- ✓ در صورت مشاهده کبودی ناخن ها و پوست ، خلط خونی ، تهوع و استفراغ و یا اسهال ، تنفس سریع و افزایش درجه حرارت بدن به بالاتر از ۳۸/۹ حتما به پزشک مراجعه کنید.

بسمه تعالی

بیمارستان شهداء بناب

پنومونی (ذات الریه)

تهیه :

معصومه رضایی

کارشناس پرستاری (سوپروایزر آموزش سلامت)

فریبا منصوری

کارشناس پرستاری (پرستار اطفال)

منبع :

بیماریهای کودکان

تهیه : خرداد ۱۳۹۶

بازنگری : فروردین ۱۴۰۲