

# 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 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.

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

В типичных случаях острая пневмония проявляется следующими жалобами:

- повышение температуры тела, озноб;
- кашель (сухой, либо влажный с отделением мокроты);
- одышка – ощущение затруднения при дыхании;
- боли в грудной клетке при дыхании;
- увеличение в крови показателя лейкоцитов – воспалительных клеток.

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.

## Профилактика внебольничной пневмонии

Важную роль в предотвращении развития пневмококковой инфекции, вызываемой *Streptococcus pneumoniae*, **является вакцинация.**

## Общие правила профилактики внебольничной пневмонии.

Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания.

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.

Для предотвращения распространения заболевания ребенок, посещающий организованные коллективы, должен оставаться дома.

Организируйте проветривание помещений по графику.

## Что делать в случае заболевания внебольничной пневмонией

Вызовите участкового врача на дом или обратитесь в поликлинику. Не занимайтесь самолечением!

**Строго соблюдайте предписания врача.**

**Чаще пейте теплую жидкость.**

**Не допускайте перегревания.**

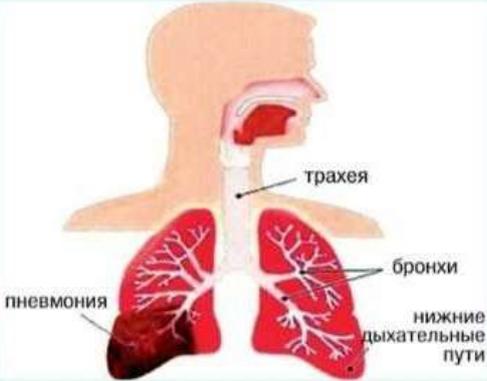
**Соблюдайте постельный режим.**

**Обеспечьте проветривание помещений**

# ПНЕВМОНИЯ

**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

Острая респираторная инфекция, действующая на лёгкие. Возбудителями пневмонии являются вирусы, бактерии и грибки.



**Пути передачи инфекции**

- воздушно-капельный
- через кровь

**Факторы риска**

**для взрослых**

- стрессы
- ослабленный иммунитет
- курение
- хронические заболевания

**для детей**

- хронические ангины и частые простудные заболевания
- охлаждение или перегревание
- неполноценное питание
- несоблюдение режима дня

**Симптомы заболевания**

- температура 38–40°C
- кашель, мокрота
- одышка
- слабость
- сильное потоотделение
- боли в груди

**Профилактика**

- закаливание, укрепление иммунитета
- отказ от вредных привычек
- здоровый образ жизни

**При малейшем подозрении на пневмонию НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО вызывайте врача.**