



واحد آموزش به بیمار بیمارستان فوق تخصصی دکتر شیخ
موضوع بیماری: پنومونی (عفونت ریه)

پنومونی چیست؟

▶ پنومونی یا ذات‌الریه، نوعی عفونت در ریه‌هاست که می‌تواند توسط ویروس، باکتری یا قارچ ایجاد شود. در

کودکان شایع‌تر از بزرگسالان است، به‌خصوص زیر ۵ سال.

▶ کیسه‌های هوایی ریه پر از چرک و مایع می‌شود و در نتیجه تنفس سخت می‌شود.

علائم پنومونی در کودکان

▶ تب بالا (گاهی بیش از ۳۸,۵ درجه)

▶ سرفه خشک یا همراه با خلط

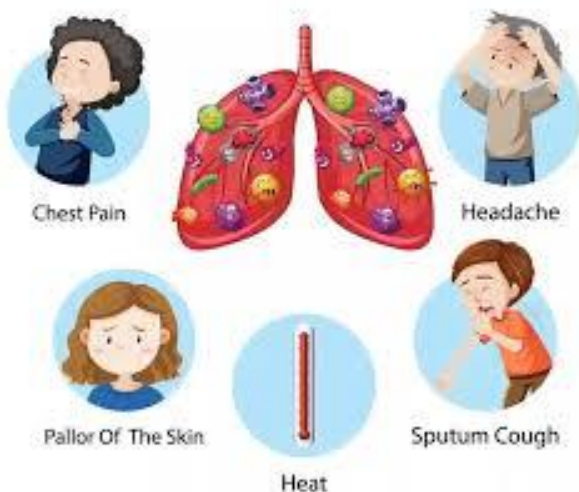
▶ تنفس تند یا سخت

▶ خس خس سینه

▶ کبودی لب یا ناخن در موارد شدید

▶ بی حالی، بی اشتها یا خواب آلودگی زیاد

▶ گاهی اسهال یا استفراغ



چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟

- ▶ کودک زیر ۳ ماه دچار تب شود.
- ▶ تنفس سریع‌تر از حد نرمال یا دشوار شود.
- ▶ کودک خیلی بی‌حال یا خواب‌آلود باشد.
- ▶ لب‌ها یا پوست کبود شوند.
- ▶ تغذیه کودک خیلی کم شود یا مایعات نخورد.



مراقبت‌های خانگی از کودک مبتلا به پنومونی

۱. تأمین مایعات کافی

- ▶ آب، آب‌میوه طبیعی، سوپ رقیق و شیر مادر (در نوزادان)
- ▶ مایعات به رقیق شدن ترشحات و کاهش تب کمک می‌کند.
- ▶ اجتناب از غذاهای چرب، سرخ‌کردنی و شیرین زیاد

۲. استراحت کافی

- ▶ کودک باید در یک محیط آرام، بدون استرس و ترجیحاً در اتاقی با تهویه مناسب استراحت کند.

مراقبت‌های خانگی از کودک مبتلا به پنومونی

۳. کنترل تب

- ▶ استفاده از داروهای تب‌بر مثل استامینوفن یا ایبوپروفن (با تجویز پزشک).
- ▶ استفاده از کمپرس آب ولرم روی پیشانی، کف دست و پا در صورت تب بالا.

۴. کمک به تنفس راحت‌تر

- ▶ استفاده از دستگاه بخور سرد برای مرطوب کردن هوا.
- ▶ بالا نگه داشتن سر کودک هنگام خواب با استفاده از بالش نرم.
- ▶ دوری از دود سیگار و عنبر نسا یا عطرهای تند در محیط منزل.



مراقبت‌های خانگی از کودک مبتلا به پنومونی

۵. رعایت بهداشت

- ▶ شستشوی مکرر دست‌ها
- ▶ استفاده از دستمال تمیز هنگام سرفه یا عطسه
- ▶ دوری کودک از افراد بیمار
- ▶ کاشت ناخن عامل اصلی انتقال عفونت در کودکان می‌باشد

۶. مصرف داروها طبق دستور پزشک

- ▶ آنتی‌بیوتیک‌ها فقط در صورت باکتریایی بودن بیماری تجویز می‌شوند. دوره دارو باید کامل طی شود، حتی اگر کودک زودتر خوب شد.

پیشگیری از پنومونی در کودکان

- ▶ واکسیناسیون کامل (شامل پنوموکوک، هموفیلوس، آنفلوآنزا، کووید در صورت توصیه پزشک)
- ▶ دوری از افراد سرماخورده یا دارای سرفه
- ▶ تهویه مناسب منزل
- ▶ تغذیه مناسب و تقویت سیستم ایمن
- ▶ شستشوی دست‌ها به صورت منظم



روند بهبودی چقدر طول می کشد؟

- ▶ پنومونی ویروسی: ۷ تا ۱۰ روز
- ▶ پنومونی باکتریایی: معمولاً ۵-۳ روز پس از شروع آنتی بیوتیک علائم بهبود پیدا می کنند
سرفه ممکنه تا ۳-۲ هفته باقی بمونه (طبیعیه)

بعد از بهبودی:

- ▶ تقویت با پروتئین ها (تخم مرغ، گوشت، حبوبات)
- ▶ میوه ها و سبزیجات تازه برای تأمین ویتامین C و آنتی اکسیدان ها
- ▶ استفاده از مکمل ها فقط در صورت تجویز پزشک

برونشیولیت	سرماخوردگی	آنفلوآنزا	پنومونی	ویژگی / بیماری
اغلب ویروس RSV گاهی سایر ویروس ها	ویروس های شایع	ویروس آنفلوآنزا A و B	باکتری. ویروس. قارچ	عامل اصلی
برونشیول های کوچک ریه	دستگاه تنفسی فوقانی	دستگاه تنفسی فوقانی و تحتانی	آلویول های ریه	محل درگیری اصلی
تدریجی (چند روز بعد از علائم سرماخوردگی)	تدریجی	ناگهانی	تدریجی یا ناگهانی	شروع علائم
متوسط تا بالا	خفیف یا بدون تب	بالا (38 تا 40)	بالا (38.5 تا 40)	تب
شدید. اغلب همراه خس خس	خفیف. اغلب خشک	خشک یا همراه خلط کم	شدید. اغلب همراه خلط چرکی یا خونی	سرفه
خس خس. خس. تنگی نفس. تنفس سریع	گرفتگی بینی. عطسه	تنگی نفس در موارد شدید	تنگی نفس. درد قفسه سینه	علائم تنفسی دیگر
خستگی. تحریک پذیری در نوزادان	خفیف	بسیار شایع و شدید	خستگی. ضعف	علائم بدنی
کمی گلودرد ممکن است	گلودرد شایع	گلودرد و چشم درد ممکن است	ممکن است گلو درد داشته باشد	چشم / درگیری گلو
نوزادان زیر دو سال (بیشتر 3-6 ماهه)	نوزادان. افراد ایمنی ضعیف	کودکان. سالمندان. بیماران مزمن	سالمندان. بیماران مزمن. ایمنی ضعیف	گروه پرخطر
تارسایی تنفسی در نوزاد	سینوزیت. اوتیت	پنوموتی. میوکاردیت	آپسه ریه. سپسیس. تارسایی تنفسی	عوارض احتمالی
1-2 هفته	3-10 روز	1-2 هفته	هفته ها	مدت بهبودی
اکسیژن. مرطوب سازی. درمان حمایتی	درمان علامتی	ضد ویروس (در موارد خاص) استراحت	آنتی بیوتیک در نوع باکتریایی. اکسیژن. مایعات	درمان اصلی
پیشگیری از تماس با بیماران. رعایت بهداشت	رعایت بهداشت دست و فاصله	واکسن آنفلوآنزا	واکسن پنوموکوک. واکسن آنفلوآنزا	قابلیت پیشگیری