


КАК РАСПОЗНАТЬ ПНЕВМОНИЮ?	ВАЖНО!
ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА;	НАДО КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ.
ОЗНОБ И ПОЯВЛЕНИЕ КАШЛЯ СУХОГО ИЛИ С МОКРОТОЙ;	ИНОГДА ПРОМЕДЛЕНИЕ В 2-3 ДНЯ МОЖЕТ СТОИТЬ ЖИЗНИ.
ПРИ ТЯЖЕЛОМ ТЕЧЕНИИ ПНЕВМОНИИ - ОДЫШКА И КРОВОХАРКАНИЕ.	ОСОБЕННО ТЯЖЕЛО ПНЕВМОНИЯ ПРОТЕКАЕТ У МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ И ПОЖИЛЫХ.



Профилактика пневмонии

Пневмония представляет собой инфекционное заболевание легких. Обычно поражает детей младше 2 лет, взрослых старше 65 лет и людей с ослабленной иммунной системой.

Пневмония может развиваться как самостоятельно, так и на фоне различных патологических состояний: других болезней, травм, в послеоперационный период и др. К предрасполагающим факторам относятся переохлаждение (особенно в условиях повышенной влажности), острые респираторные вирусные инфекции, высокая загазованность, физическое и умственное переутомление, перенесенные заболевания легких, недостаточное питание, курение. У пожилых людей и тяжелобольных из-за низкой двигательной активности пневмонию могут вызвать застойные явления в легких.

В развитии пневмонии важную роль играют бактерии, такие, как пневмококки, стафилококки, стрептококки, гемофильная палочка и пр., а также вирусы, являющиеся ведущими факторами риска легочного воспаления.

Пневмония характеризуется острым, внезапным началом, как правило, связанным с переохлаждением, повышением температуры, слабостью, головной болью, ознобом, кашлем. В первые дни кашель бывает сухим, затем появляется мокрота. Могут возникать боли в грудной клетке при дыхании, одышка, интоксикация. При появлении таких симптомов необходимо незамедлительно обратиться к врачу или вызвать его на дом. Для подтверждения наличия пневмонии проводится рентгенологическое исследование органов грудной клетки.

Острые пневмонии не оставляют 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 и пневмококковой инфекции является наиболее эффективным способом профилактики.**

Чтобы не допустить болезнь, следует избегать переохлаждений и стрессовых факторов и внимательно относиться к своему здоровью: вовремя лечить другие заболевания, ведь даже кариозный зуб как источник болезнетворной флоры может привести к тяжелой пневмонии.

Необходимо поддерживать сопротивляемость организма с помощью закаливания, здорового питания, полноценного отдыха, прогулок на свежем воздухе, регулярной физической нагрузки, отказа от вредных привычек, в частности, курения, которое снижает естественную устойчивость бронхов и легких к респираторным инфекциям, и злоупотребления алкоголем.

Как можно чаще мойте руки с мылом, чтобы удалить микроорганизмы, способные вызвать пневмонию, поддерживайте чистоту в доме, регулярно проветривайте помещения.

В период сезонного подъема заболеваемости острыми респираторными инфекциями нужно ограничить пребывание в местах массового скопления людей, сократить количество поездок в общественном транспорте, избегать контакта с больными.

Ждем Вас на Вакцинацию от гриппа!!!