

پنومونی یا عفونت ریه‌ها

به التهاب بافت ریه که یک یا دو طرف قفسه‌سینه را درگیر می‌کند و معمولا در اثر عفونت ایجاد می‌شود، پنومونی یا عفونت ریه گفته می‌شود. ممکن است، منبع عفونت ریه در نقطه دیگری از بدن باشد و از طریق جریان خون منجر به عفونت ریه‌ها شود. این بیماری به خصوص در افراد مسن و کودکان کمسن، خطرناک است.



علل پنومونی

در اثر ارگانیزم‌های مختلفی شامل ویروس‌ها، باکتری‌ها، قارچ‌ها و انگل‌ها ایجاد می‌شود.

در اثر استنشاق مواد شیمیایی مانند بخارهای سمی نیز التهاب ریه ایجاد می‌شود

التهاب ریه در اثر استنشاق مواد حساسیت‌زا ایجاد می‌شود.

مواجهه با موادی که در محیط کار یا محیط‌های دیگر وجود دارند، باعث ایجاد التهاب در بافت ریه می‌شود، مثلا در برخی کشاورزان در اثر تنفس **گردوغبار**، التهاب ریه رخ می‌دهد.

در بیشتر موارد، نوعی استرپتوکوک مسئول عفونت باکتریایی ریه است.

در اثر **استفراغ**، بخشی از محتویات معده وارد ریه‌ها می‌شود و موجب التهاب ریه‌ها می‌گردد.

علائم پنومونی

لرز و تب

کم اشتها

سر درد

درد قفسه سینه: تنفس عمیق یا سرفه، منجر به ایجاد درد عمقی در قفسه سینه می‌شود.

سرفه: سرفه در ابتدا، خشک است. اما ۱ تا ۲ روز بعد، سرفه، خلط‌دار می‌شود.

خلط معمولا زرد رنگ است و ممکن است رگه‌های خونی داشته باشد.

تنگی نفس و تنفس سریع و سطحی

پس از درمان موفقیت‌آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه‌ی آزاردهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته‌باشید که طبیعی است.

افراد در معرض ابتلا به پنومونی

کودکان خصوصا آن‌هایی که بیماری مزمن دارند.

افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن قلبی، ریوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت

افرادی که سیگار می‌کشند.

افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند مانند افراد مبتلا به ایدز.

افراد پیر و ضعیف

افرادی که **طحال** آنان با جراحی خارج شده است.

افراد الکلی

پیشگیری از پنومونی

سیگار کشیدن باعث ریه را تخریب می‌کند و ریه را نسبت به عفونت‌ها آسیب‌پذیر می‌کند.

برای باکتری پنوموکوک واکسنی تهیه شده است، اما جزء برنامه‌ی واکسیناسیون کشوری نیست. برای دریافت آن می‌توانید به پزشک مراجعه کنید.

اگر بالای ۶۵ سال دارید، سیستم ایمنی شما ضعیف شده است یا به بیماری مزمن مانند بیماری مزمن قلبی، ریوی، و یا دیابت دچار هستید، باید واکسن پنوموکوک را دریافت کنید. همچنین باید به خوبی از خود کلیوی، کبدی، آسم مراقبت کنید و برای پیشگیری از ابتلا به پنومونی ویروسی، واکسن آنفلوانزا بزنید.

اگر به هر علتی با جراحی، طحال شما برداشته شده است، دریافت واکسن پنوموکوک بسیار اهمیت دارد.

در سایر عفونت‌های تنفسی باید نکات بهداشتی رعایت گردد تا از انتقال عوامل در صورت ابتلا به **سرماخوردگی** بیماری‌زا به افراد مستعد بیماری پیشگیری شود.

تشخیص پنومونی

با معاینات و برخی اقدامات دیگر (مانند: رادیوگرافی)، بیماری تشخیص داده می‌شود.

در موارد نادری، ممکن است یک بیماری شبیه به عفونت ریه باشد و به بررسی‌های بیشتر نیاز باشد، مثلاً **سرطان ریه** با چنین علائمی بروز می‌کند.

درمان پنومونی

در مواردی به صورت سرپایی قابل درمان است و در موارد دیگر به صورت بستری صورت می‌گیرد.

درمان **آنتی بیوتیکی**، فیزیوتراپی قفسه سینه، و در مواردی اکسیژن استفاده می‌شوند.

در صورتی که در ۲ تا ۳ ماه گذشته سفری به کشورهای دیگر داشته‌اید، بسیار مهم است که فوراً این موضوع را با پزشک خود در میان بگذارید. ممکن است نوع ارگانیزمی که از مکان‌های دیگر موجب بیماری شما شده به درمان متفاوتی نیاز داشته باشد.

بسته به نوع و شدت بیماری ممکن است درمان خوراکی یا تزریقی استفاده شود.

پس از درمان موفقیت‌آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه‌ی آزاردهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته‌باشید که طبیعی است.

مقایسه پنومونی و برونشیت

پنومونی اغلب شدیدتر از برونشیت می‌باشد. برونشیت، التهاب یا عفونت راه‌های هوایی بزرگ (برونش‌ها) می‌باشد. در برخی مواقع، برونشیت و پنومونی همزمان رخ می‌دهد که به آن برونکوپنومونی می‌گویند.

درمان‌های طبیعی پنومونی

آویشن: به عنوان ضد اسپاسم در درمان سیاه سرفه، برونشیت، عفونت ریه، سرماخوردگی و آنفلوآنزا استفاده می‌شود. برای درمان سرفه، یک مشت آویشن را در یک لیتر آب جوشانده و آن را صاف کنید، بعد ۲۵۰ گرم عسل به آن اضافه کرده و هر روز نصف فنجان میل کنید.

سیر: ضد عفونی‌کننده قوی برای مجاری ریه است و مصرف آن به سرعت خلط سینه را کم می‌کند. سوپ سیر در زمستان، مجاری تنفسی را تقویت می‌کند و برای مرض برونشیت مفید است.

کدو حلوائی: نرم کننده سینه و خنک کننده می‌باشد.

جوشانده عناب: تسکین دهنده برای درمان عفونت‌های گلو، برونشیت، روده‌ها و مجاری ادرار است. به این صورت که ۳۰ تا ۶۰ گرم عناب خشک را در یک لیتر آب به مدت نیم ساعت می‌جوشانند و آن را مصرف می‌کنند.

دم کرده گل ختمی و برگ ختمی: برای درمان عفونت‌های مجاری تنفسی، تورم روده، انواع زکام، برونشیت، درد گلو، ورم حنجره و آنژین بسیار مفید است.

جوشانده خرما: ۶۰ گرم خرما در یک لیتر آب جوش بریزید و پس از ولرم شدن میل کنید. برای درمان زکام، درد گلو و عفونت‌های ریوی موثر است.

جوشانده برگ کرفس: جوشانده ۳۰ گرم برگ کرفس در یک لیتر آب مخلوط با شیر، در درمان بیماری‌های ریوی و گرفتگی صدا موثر است.

پیاز: گوگرد پیاز، پس از ورود به خون وقتی وارد ریه‌ها شد، با عفونت‌های مجاری تنفسی مبارزه می‌کند.

جوشانده انجیر: برای درمان برونشیت‌های کهنه دارای خاصیت فوق العاده ای است.

آب هویج: در رفع ترشحات برونش‌ها و ریه‌ها فوق العاده موثر است.