



بیمارستان امتیاز و فوریت های جراحی  
شهید رجایی

## ذات الریه



تهیه کننده: فاطمه عباسپور

سوپروایزر آموزش سلامت

تاریخ تهیه: پاییز ۱۳۹۴

تاریخ بازبینی چهارم: پاییز ۱۴۰۱

تأیید کننده علمی: سرکار خانم دکتر منجد

متخصص داخلی

Edup-pam-28-03

نشانی: شیراز-بلوار چمران-جنب بیمارستان چمران-  
بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز و مرکز فوریت‌های  
جراحی شهید رجایی

شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات: ۳۶۳۶۴۰۰۱

سایت: WWW.rajaeehosp.ac.ir، لینک راهنمای مراجعین

منبع: برونر سوارث ۲۰۱۸-سایت ویکی پدیا

با آرزوی سلامتی و تندرستی



با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه  
می توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید

۵

✓ از فعالیت بیش از حد در طی دوره ی بهبودی  
خودداری نمایید. و در حین فعالیت ، دوره هایی  
از استراحت بگنجانید.

✓ در هوای آلوده از منزل خارج نشوید.

✓ هنگام بیرون رفتن از منزل ، لباس گرم و مناسب  
پوشید .

✓ از ماسک و شال گردن هنگام خروج از منزل به  
خصوص درباد و کوران استفاده کنید.

✓ از مصرف مواد غذایی تحریک کننده مانند غذاهای  
چرب ، سرخ شده و پر ادویه خودداری کنید.

✓ از تماس با افراد سرماخوردگی خودداری کنید.

✓ از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوش بو کننده ،  
وایتکس ، شیشه شوی اجتناب کنید.

✓ سعی کنید اتاق استراحت شما تهویه مطلوبی داشته  
باشد.

✓ از دستگاه بخور گرم جهت مطلوب کردن هوای  
استنشاقی خود استفاده کنید.

✓ در تاریخ معین جهت پیگیری درمان به پزشک خود  
مراجعه کنید.

✓ یکبار ابتلا به ذات الریه و درمان ناقص آن شما را  
مستعد ابتلا به عفونت های عود کننده ی تنفسی  
می نماید.

۴

## ذات الریه چیست؟

- بیماری التهابی بافت ریه است که توسط عامل عفونی ایجاد می شود در صورتی که سیستم ایمنی بدن دچار ضعف شده باشد و ورود عوامل طبیعی دهان و حلق به ریه باعث ایجاد ذات الریه می شود.

## عوامل خطر :

- شامل وضعیت هایی که مانع تخلیه ی ترشحات ریه می شود مثل بی حرکتی طولانی ، تنفس سطحی ، کاهش سرفه ، سیگار کشیدن ، بیماری های مزمن ریه ، بیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی و سرطان ، وضعیت های ممنوعیت خوردن از طریق دهان ، بیهوشی عمومی ، سن بالا

## علائم و نشانه های بیماری :

- سردرد
- تب مختصر
- درد سینه
- احساس کسالت
- تنگی نفس
- سرفه
- درد عضلانی

## عوارض بیماری :

- نارسایی تنفسی
- عفونت شدید
- کاهش فشار خون

گیجی

۱

## راههای تشخیصی :

- معاینه جسمی و گرفتن شرح حال دقیق از شما توسط پزشک
- گرفتن عکس سینه
- بررسی خلط

## درمان طبی :

- درمان به صورت سرپایی و یا پس از بستری در بیمارستان ، با استفاده از آنتی بیوتیک خوراکی یا تزریقی انجام می گردد.

## مراقبت های لازم در منزل :

- تنفس عمیق انجام دهید .



- مرتب تغییر وضعیت داده و ورزش های تنفسی را با کمک فیزیوتراپ انجام دهید .
- بهداشت دهان خود را رعایت کنید.
- از کشیدن سیگار خودداری کنید.
- از مصرف الکل خودداری نمایید.
- از خوابیدن طولانی در یک وضعیت خودداری کنید .

۲

- بهداشت فردی خود را برای پیشگیری از انتقال عفونت رعایت کنید. هنگام سرفه کردن سر خود را به طرف دیوار برگردانید، از دستمال یکبار مصرف استفاده کنید و دست های خود را با آب و صابون بشویید.

## رژیم غذایی :

- ممکن است به علت تنگی نفس و خستگی اشتها های شما کاهش یابد . اگر بیماری قلبی ندارید و پزشک اجازه میدهد ، مایعات فراوان ( ۱۲-۸ لیوان ) بنوشید زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می کند.

- رژیم غذایی مناسب شامل همه ی گروه های غذایی میباشد. و برای افزایش ایمنی از مواد غذایی مانند ، پرتقال ، نارنگی ، هویج و انواع مغزها استفاده نمایید.

## چند نکته ی مهم :

- ✓ سعی کنید با حفظ روحیه و پیشگیری از عوامل اضطراب آور و مصرف مواد غذایی سالم سیستم ایمنی خود را تقویت کنید.
- ✓ اول پابیز جهت واکسیناسیون بر علیه آنفولانزا با پزشک خود مشورت نمایید.

۳