Профилактика пневмонии:

- прививаться против гемофильной и пневмококковой инфекции, гриппа, кори, коклюша,
- соблюдать правила гигиены (мыть руки с мылом, пользоваться антисептиком),
- своевременно обращаться к врачу при респираторных заболеваниях,
- в общественных местах носить маски и соблюдать социальную дистанцию,
- питаться сбалансированно,
- соблюдать оптимальную физическую активность,
- отказаться от вредных привычек, в том числе от курения,
- соблюдать режим труда и отдыха,
- своевременно лечить другие заболевания, способствующие развитию пневмонии (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких и другие)

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1

e-mail: cgon@cgon.ru
тел.: 8 (499) 241 86 28

Профилактика пневмонии



http://cgon.rospotrebnadzor.ru/

Пневмония

это воспаление легочной ткани, как правило, инфекционного происхождения.

Возбудители пневмонии

Пневмонию могут вызывать разные возбудители: вирусы, бактерии, грибы и простейшие.

Большинство случаев заболевания вызывают:

- *S. pneumoniae,*
- *M. pneumoniae,*
- *C. pneumoniae,*
- *H. influenzae,*
- *S. aureus,*
- *L. pneumophila,*
- вирусы гриппа, кори, коронавирус, респираторно-синцитиальный вирус.

Пневмония может быть самостоятельным заболеванием или вторичным осложнением инфекционных и неинфекционных процессов.

Факторы риска:

- пожилой и детский (до 5 лет) возраст,
- наличие хронических заболеваний – бронхиальной астмы, хронической обструктивной болезни легких, сахарного диабета, заболеваний сердечно-сосудистой системы
- иммунодефицитные состояния,
- тяжелые условия труда,
- недостаточное питание,
- низкий уровень жизни,
- неблагоприятные бытовые условия

Симптомы пневмонии:

- общее недомогание,
- кашель,
- одышка,
- подъем температуры,
- озноб и потливость,
- выраженная слабость

При появлении симптомов пневмонии не занимайтесь самолечением, обратитесь к врачу.

Пневмония

часто развивается как осложнение респираторных вирусных инфекций, поэтому при заболевании важно выполнять все назначения врача.

Необходимо срочно обратиться к врачу, если на фоне ОРВИ, гриппа, кори или другой инфекции появились симптомы:

- резкое ухудшение самочувствия на 3-5 день от начала болезни,
- длительно сохраняющийся подъем температуры тела (более 5 дней),
- повторный подъем температуры тела после кратковременной ее нормализации,
- длительный кашель,
- сильная слабость, повышенная потливость,
- ощущение нехватки воздуха при дыхании.

