

Внебольничная пневмония – это острое воспаление легких, которое возникло вне медицинского учреждения (во внебольничных условиях), либо диагностированное в первые двое суток (48 часов) с момента доставки больного в стационар.

Инфекция передается воздушно-капельным путем (при разговоре, кашле, чихании).

Источником инфекции является больной человек или носитель возбудителя.

Вызвать воспаление легочной ткани могут различные инфекционные агенты:

- ✓ бактерии,
- ✓ вирусы,
- ✓ грибы,
- ✓ простейшие.

К основным симптомам пневмонии относятся:

- лихорадка (температура 38-40 °С),
- кашель (выделение мокроты),
- боль в грудной клетке,
- одышка,
- немотивированная слабость,
- утомляемость.



Факторы риска развития пневмонии

- Детский возраст** (Illustration of children)
- Вредные привычки** (Illustration of a cigarette)
- Иммунодефицитные состояния** (Illustration of a person with a shield)
- Переохлаждение организма** (Illustration of a person in winter clothes)
- ОРВИ, грипп** (Illustration of a person coughing)
- Возраст старше 60 лет** (Illustration of an elderly couple)
- Хронические заболевания** (Illustration of a heart)

! Пневмония относится к тем опасным заболеваниям, которые легче предупредить, чем после заниматься изнурительным лечением.

Неспецифические меры профилактики пневмонии

- здоровый образ жизни, отказ от курения и алкоголя, сбалансированное и рациональное питание.
- соблюдение правил личной гигиены, режимов уборки и проветривания помещений.
- закаливание. Закаливающие процедуры укрепляют иммунную защиту и повышают сопротивляемость организма любым инфекциям.
- укрепление иммунитета.
- необходимо избегать переохлаждений.
- занятия дыхательной гимнастикой, которая направлена на улучшение вентиляции легких.
- лечение хронических очагов инфекции.
- ограничение контакта с больными.

В случае заболевания, не стоит идти на работу или вести ребенка в сад, школу, так как можно заразить людей находящихся в контакте.

Не занимайтесь самолечением!

Вызовите врача на дом или обратитесь за медицинской помощью в медицинское учреждение.

ОРВИ или ГРИПП?

ОСТРАЯ РЕСПИРАТОРНАЯ ВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ (ОРВИ)

- постепенное повышение температуры в течение 2-3 дней
- головная боль умеренной интенсивности
- выраженный кашель с мокротой
- сильный насморк
- боль в горле
- может быть увеличение лимфатических узлов

ГРИПП

- высокая температура (38,5 - 40°),
- выраженный озноб
- слабость в течение 4-5 дней
- интенсивная головная боль, головокружение
- светочувствительность, резь в глазах
- ломота в суставах и мышцах
- обильное потоотделение
- сухой сильный кашель и першение в горле
- тошнота

Если к этим симптомам присоединяется:

- одышка, затрудненное дыхание
- боль в грудной клетке
- боли в животе
- лихорадка, не снимаемая жаропонижающими средствами
- резкое головокружение
- рвота или диарея
- кровотечение из носа

высока вероятность заражения высокопатогенным гриппом А/Н1N1

ПОМНИТЕ! Болезнь начинается внезапно с развитием осложнений уже в первые 24 часа. Опасаться встречи с вирусом следует всем, но особенно: беременным женщинам, детям раннего возраста, пожилым людям и людям, непривитым против гриппа.

Осторожно! ГРИПП!!!

Памятка для обучающихся при появлении симптомов гриппоподобной болезни

Симптомы

- Признаки заболевания, вызываемого новым вирусом гриппа (H1N1) у людей включают:
- высокую температуру**
 - кашель**
 - боль в горле**
 - насморк или заложенность носа**
 - головная боль**
 - боли во всём теле**
 - озноб**
 - слабость**
- У некоторых людей, инфицированных новым вирусом гриппа А (H1N1), также отмечается понос и рвота.

Если вы заболели

1. Если у Вас появились признаки болезни в школе, необходимо сообщить учителю и немедленно обратиться к медицинскому работнику.
2. Если у Вас появились признаки заболевания дома, необходимо сообщить родителям и обратиться в участковую поликлинику по телефону, вызвать врача. В случае высокой температуры тела, наличия рвоты, одышки и других симптомов тяжёлого состояния следует вызвать бригаду неотложной помощи.

Как вести себя во время болезни

Заболевание может продлиться неделю и дольше. Вы должны оставаться дома или поехать в больницу (по рекомендации врача). Прикрывайте рот и нос носовым платком при чихании или кашле. После использования выбрасывайте платок в мусорную корзину.

- Чаще мойте руки водой с мылом, особенно после кашля и чихания.
- Старайтесь не прикасаться руками к глазам, носу и рту.
- Старайтесь избегать близких контактов с больными людьми.
- Если Вы болели гриппоподобным заболеванием, оставайтесь дома в течение 7 дней после появления признаков болезни.

Если Вы болели и находитесь в доме с другими членами семьи, носите медицинскую маску, чтобы не заразить ваших близких.

