

Основные правила профилактики острых респираторных инфекций, в том числе пневмоний.

Острые респираторные инфекции (далее - ОРИ) – группа заболеваний, которые вызываются множеством возбудителей, передаются воздушно-капельным путем и характеризуются острым поражением дыхательной системы человека. Наибольшую опасность для жизни по частоте осложнений представляет вирус гриппа, но стоит помнить, что для людей с иммунодефицитными состояниями, а также новорожденных детей, беременных женщин и пожилых людей опасность может представлять даже безобидная простуда.

Пневмония может быть самостоятельным заболеванием или вторичным осложнением многих инфекционных процессов. Риск заражения данным заболеванием очень высок после недавно перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп, простуда, коронавирусная инфекция.

Заболеть пневмонией можно в любом возрасте, но более уязвимы дети до пяти лет и пожилые люди. Существуют группы риска – люди, для которых пневмония особенно опасна из-за слабости их иммунитета или сопутствующих заболеваний.

К ним относятся старшее поколение, люди с хроническими заболеваниями сердца

и легких, сахарным диабетом, вредными привычками, иммунодефицитом, а также дети до 5 лет.

Риск развития пневмонии можно снизить с помощью мер профилактики: специфической (вакцинация) и неспецифической.

Статистика показывает, что люди, привитые от гемофильной палочки, пневмококка,

кори и коклюша менее подвержены развитию воспаления легких.

Также к профилактическим мероприятиям относятся: своевременное лечение простудных заболеваний; сбалансированное питание; закаливание; оптимальная физическая активность; отказ от вредных привычек, в том числе от курения; соблюдение режима труда и отдыха; своевременное лечение других заболеваний, способствующих развитию пневмонии (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких).

Следует помнить известный всем принцип, что «лучше предотвратить заболевание, чем его лечить».

Помните, самолечение при пневмонии недопустимо!

Помощник врача – эпидемиолога

Шанчук З.Ф.

ПНЕВМОНИЯ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Острая респираторная инфекция, воздействующая на лёгкие. Возбудителями пневмонии являются вирусы, бактерии и грибки.

Пути передачи инфекции

- воздушно-капельный
- через кровь

Симптомы заболевания

- температура 38-40°C
- кашель, мокрота
- одышка
- слабость
- сильное потоотделение
- боли в груди

Факторы риска для взрослых

- стрессы
- ослабленный иммунитет
- курение
- хронические заболевания

Профилактика

- закаливание, укрепление иммунитета
- отказ от вредных привычек
- здоровый образ жизни
- вакцинация против гриппа
- вакцинация внепневмококковой инфекции

Факторы риска для детей

- хронические ангины и частые простудные заболевания
- охлаждение или перегревание
- неполноценное питание
- несоблюдение режима дня

При малейшем подозрении на пневмонию **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО** вызывайте врача.!