

سینه‌پهلو یا **ذات‌الریه** یا **پنومونی**، وضعیت التهابی ریه است که عمدتاً کیسه‌های میکروسکوپی هوا موسوم به الوئول‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این بیماری معمولاً در اثر عفونت ناشی از ویروس یا باکتری و گاهی نیز در اثر سایر میکروارگانیسم‌ها، برخی داروها و شرایط دیگر مانند بیماری خود ایمنی رخ می‌دهد. در این بیماری، کیسه‌های هوایی متورم می‌شود و چون درون آن از مایعات پر می‌شود، در نتیجه اکسیژن رسانی کمتر می‌شود و تبادلات گازی کاهش می‌یابد.

علائم

علائم شایع آن عبارتند از :

- خلط
- درد قفسه سینه
- تب
- اشکال در تنفس

علت

پنومونی عمدتاً به علت عفونت‌های ناشی از باکتری یا ویروس و معمولاً در موارد کمتر در اثر قارچ و انگل رخ می‌دهد. اگر چه بیش از ۱۰۰ گونه عامل عفونی شناسایی شده‌است، تنها چند مورد از آن‌ها باعث بروز اکثر موارد می‌شوند. عفونت‌های مختلط ناشی از حضور همزمان ویروس‌ها و باکتری‌ها ممکن است در ۴۵٪ عفونت‌ها در کودکان و ۱۵٪ عفونت‌ها در بزرگسالان رخ دهد. امکان تشخیص عامل بیماری‌زا با انجام دقیق آزمایش، در حدود نیمی از موارد وجود ندارد.

روش های درمانی

درمان حمایتی شناخته شده‌ای برای عفونت تنفسی وجود ندارد، اما نشانه‌های آن قابل درمان بوده و پیشرفت آن قابل کم شدن است.

- ترک سیگار
- سلامت شغلی
- دوری از آلودگی هوا
- واکسیناسیون آنفلوآنزا یک بار در سال، واکسیناسیون پنوموکوک هر پنج سال
- کمتر قرار گرفتن در معرض هوای آلوده
- ورزش
- داروهای گشاد کننده‌های برونش
- کورتیکواستروئیدها
- استفاده دراز مدت از آنتی‌بیوتیک‌ها،
- استفاده از اکسیژن درمانی

چگونه علائم بیماری را کاهش دهیم:

- به منظور رقیق کردن ترشحات، مایعات فراوان مصرف کنید.
- به گونه ای هدایت شده و کنترل شده سرفه نمایید.
- برای خروج ترشحات از فیزیوتراپی قفسه سینه استفاده کنید. برای این کار کف دست را به شکل

منحنی درآورده و از پایین به طرف بالا در دو طرف قفسه سینه به پشت بیمار ضربه بزنید. این کار را هر ۱ ساعت به مدت ۵ دقیقه در هر طرف قفسه سینه تکرار کنید.

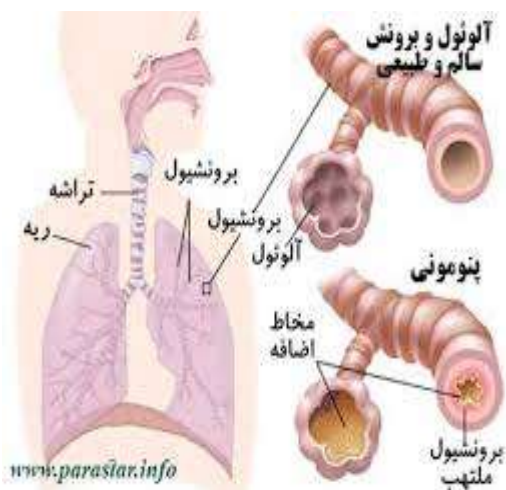
- در صورت آلودگی قابل توجه هوا که می تواند موجبات اسپاسم برونشها را فراهم آورد از منزل خارج نشوید و در معرض هوای آلوده قرار نگیرید. همچنین در معرض هوای بیش از اندازه گرم و مرطوب قرار نگیرید..
- از خوردن غذاهای پرادویه و محرک پرهیز کنید.
- جهت رقیق شدن ترشحات می توانید از بخور استفاده کنید.
- در صورت استفاده از اکسیژن برای جلوگیری از مسمومیت با اکسیژن و همچنین سردرد ناشی از آن، هر ۲ ساعت به مدت ۱۵ دقیقه ماسک اکسیژن را بردارید.

درمان

به طور معمول، آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی، استراحت، مسکن معمولی، و مایعات برای بهبود کامل کافی است. با این حال کسانی هستند که به وضعیت پزشکی دیگری مبتلا هستند، سالمندان و یا کسانی که مشکل تنفسی قابل توجهی دارند ممکن است نیاز به مراقبت‌های بیشتری داشته باشند. اگر نشانه‌ها بدتر شود، سینه پهلو

بیمارستان امام حسین (ع)

عفونت ریه (پنومونی)



واحد آموزش و ارتقاء سلامت بیمارستان

فروردین ۱۴۰۴

این کار را در پشت قفسه سینه مانند آنچه برای جلو قفسه سینه انجام میدادید مجدداً تکرار کنید این کار باعث کنده شدن ترشحات و باز شدن راه هوایی می شود. تعداد دفعات انجام فیزیوتراپی قفسه سینه بستگی به میزان ترشحات بیمار دارد اما بهتر است هر دو ساعت به مدت ۵ دقیقه فیزیوتراپی انجام شود. این کار بهتر است قبل از ساکشن کردن بیمار انجام شود.



منابع:

کتاب مراقبت های پرستاری برونر و سودارث ۲۰۱۵

با درمان در منزل بهبود نمی یابد، یا عوارض دیگری رخ دهد، ممکن است لازم باشد فرد در بیمارستان بستری شود.

فیزیوتراپی قفسه سینه

بیماری که در تنفس طبیعی دچار مشکل می باشد، در دفع ترشحات راه هوایی نیز مشکل خواهد داشت. همچنین در این بیماران ترشحات از حد طبیعی بیشتر بوده و از غلظت و چسبندگی خاصی برخوردار می باشد و به راحتی قادر به دفع آن نمی باشد. در صورتیکه این ترشحات به مدت طولانی در ریه و راه هوایی باقی بماند باعث عدم کارایی دستگاه تنفس، عفونت دستگاه تنفس و آسیب به بافت ریه می شود. انجام فیزیوتراپی قفسه سینه از این عارضه جلوگیری میکند.

چگونگی انجام فیزیوتراپی قفسه سینه

ابتدا بیمار را به مدت ۲۰-۳۰ دقیقه بخور دهید سپس بیمار را به صورت نیمه- نشسته قرار دهید. سپس دست خود را به صورت کاسه در آورده و از سمت پایین قفسه سینه بیمار به سمت بالا ضربه وارد نمایید. این کار را در هر دو طرف قفسه سینه انجام دهید و سعی کنید ضربه ها در تمامی نقاط زده شود و از پایین قفسه سینه به سمت بالا باشد در حین این عمل بیمار را تشویق به سرفه نمایید. سپس بیمار را در وضعیت کاملاً نشسته و در صورتی که قادر به نشستن نیست به پهلو بخوابانید و