



پنومونی (ذات‌الریه) التهاب ریه بر اثر یک عفونت جدی ریوی است. اغلب موارد پنومونی توسط باکتریها ایجاد میشود و بنابراین نیازمند درمان با آنتیبیوتیک است. گاهی ویروس میتواند سبب پنومونی شود که به آن در اصطلاح پنومونی غیرمعمولی (آتیپیکال) گفته میشود چرا که اغلب در این موارد همه‌ی علائم معمول پنومونی وجود ندارد. پنومونی غیرمعمولی بیشتر در افراد زیر 40 سال رخ میدهد. پنومونی میتواند در اثر عفونت قارچی و تکلیافتها نیز ایجاد شود. معمولاً پنومونی از برونشیت جدی تر است و گاهی نیز این دو با هم وجود دارند که به آن برونکوپنومونی گفته میشود.

پنومونی چگونه ایجاد می‌شود؟

عامل ایجاد پنومونی (باکتریها به طور مثال) از طریق دستگاه تنفسی وارد بدن میشوند. اگر بدن شما سالم باشد، تعداد بکتری کم نمیتواند شما را بیمار کند، چرا که این باکتریها در ترشحات مجاری تنفسی شما به دام افتاده و توسط دستگاه ایمنی شما از بین میروند. گاهی در برخی شرایط که بدن فرد به هر علتی مانند افزایش سن یا بیماریهای دیگر ضعیف شده است این باکتریها شروع به تکثیر کرده، موجب عفونت ریوی می‌شوند.

از دیگر علل تضعیف بدن می‌توان به مصرف الکل، داشتن بیماری دیگری در دستگاه تنفسی و ایدز اشاره کرد. گاهی فرد به علت دیگری در بیمارستان بستری شده و با باکتری‌های موجود در بیمارستان دچار پنومونی میشود. در این شرایط پنومونی بسیار مهم و خطرناک است، چرا که باکتریهای موجود در بیمارستان به اغلب آنتیبیوتیک‌ها مقاوم هستند و نیز بدن خود فرد به علت بیماری دیگری ضعیف است و نمیتواند به خوبی با عامل پنومونی مبارزه کند.

پنومونی ناشی از آسپیراسیون نیز نوع دیگری از پنومونی است که در اثر ورود مواد محرک شیمیایی یا محتویات معده به درون ریهها رخ میدهد. این مورد در افرادی که به هر علتی مانند سکته مغزی، مصرف زیاد الکل و مواد دارویی دیگر یا در حالت بیهوشی، رفلکس بلع در آنها مختل شده است، اتفاق می‌افتد.

علائم پنومونی چیست؟

در اکثر موارد، علائم پنومونی شامل تب و لرز، سرفه‌ای که اغلب خلط دار است، تنگی نفس، احساس ضعف و خستگی و سردرد است. خلطی که با سرفه دفع می‌شود میتواند زرد یا سبز و یا همراه با رگهای خونی باشد. اگر التهاب و عفونت به پلور ( پردهای که ریهها را در بر میگیرد؛ کشیده شود؛ ممکن است درد خنجرمانندی در قفسه‌ی سینه حس شود. شاید در بیماران مسن، احساس خستگی یا گیجی تنها نشانه‌ی برجسته باشد. در پنومونی غیرمعمولی (ویروسی) ممکن است سرفهها خشک و بدون خلط باشد.

پنومونی چگونه تشخیص داده میشود؟

پزشک با توجه به علائمی که درباره‌ی آنها از شما سؤالاتی می‌پرسد و با توجه به نکاتی که در معاینه پیدا میکند، از جمله چگونگی تنفس و صداهای ریوی غیرطبیعی، علائم کمبود اکسیژن مانند کبودی لبها و غیره، میتواند پنومونی را تشخیص دهد. گاهی به وسیله‌ی ابزار کوچک گیره‌مانندی که به نوک انگشتان متصل می‌شود، میزان اکسیژن خون را اندازه‌گیری میکند. اغلب تشخیص پنومونی با عکس سادگی ریهها، تأیید میشود.

در صورت نیاز برای بررسی کلیتر و دقیقتر مانند ارزیابی وضعیت بدن بیمار و تعیین نوع باکتریایی که پنومونی را ایجاد کرده است، آزمایش خون و بررسی نمونه‌ی خلط در آزمایشگاه انجام خواهد شد.

زمان مورد انتظار

اینکه پنومونی چقدر طول میکشد میتواند پاسخی متفاوت از چند روز تا یک هفته یا بیشتر داشته باشد. این مسئله به آن بستگی دارد که فرد مبتلا کی مصرف آنتیبیوتیک را شروع کرده باشد و آیا مشکل و بیماری دیگری دارد یا نه؟! اغلب درمان آنتیبیوتیکی پنومونی 5 تا 14 روز طول میکشد. بسیاری از افراد این تجربه را دارند که بازگشت به سلامتی و انرژیایی که قبل از ابتلا به پنومونی داشتند، چند تا چندین هفته طول میکشد.

## پیشگیری از پنومونی

واکسن پنوموکوک (باکتریای که شایعترین علت پنومونی است) برای کسانی که در معرض خطر پنومونی هستند، توصیه میشوند.

چه کسانی بیش از جمعیت معمولی در معرض ابتلا به پنومونی قرار دارند؟

- افراد با سن 65 سال و بیشتر

- افرادی بین 19 تا 65 سالهای که؛

• به بیماریهای ریوی مانند آسم مبتلا هستند.

• بیماری قلبی

• بیماری کبدی

• بیماری کلیوی

• کسانی که طحال آنها آسیب دیده یا طحال آنها خارج شده است.

• افراد مبتلا به برخی موارد مشخص سرطان یا کسانی که تحت درمان سرطان قرار دارد.

• افرادی که سیستم ایمنی آنها به هر دلیلی ضعیف است.

نوع دیگری از واکسن پنومونی نیز برای کودکان زیر 5 سال وجود دارد که علاوه بر پنومونی برای پیشگیری از عفونتهای گوش و مننژیت نیز کاربرد دارد.

واکسن سالیبانهی انفلوانزا نیز در پیشگیری از پنومونی به دنبال انفلوانزا مؤثر است. در صورت امکان میتوان به جای

واکسن انفلوانزا؛ واکسن استنشاقی انفلوانزا را به کار برد که از طریق بینی استعمال می شود. این واکسن طبق نظر پزشک برای افراد در معرض خطر تجویز میشود.

## درمان پنومونی

درمان اصلی پنومونی آنتیبیوتیک است. افراد جوان و افرادی که سطح سلامتی کلی آنها مطلوب است، میتوانند تحت نظر پزشک، بدون بستری شدن، با آنتی بیوتیک در منزل درمان شوند. اغلب این افراد در طی چند روز بهبودی را احساس میکنند. اما برخی افراد از نظر ابتلا به عوارض پنومونی در معرض خطر بالایی هستند مانند افراد بالای شصت سال، افراد مبتلا به سرطان، کسانی که دچار بیماریهای قلبی یا بیماریهای انسدادی مزمن ریه هستند، باید حداقل به مدت دو تا هفت روز در بیمارستان بستری شوند.

علاوه بر آنتیبیوتیک، استراحت در بستر، نوشیدن مایعات فراوان و اکسیژن برای درمان پنومونی به کار میروند.

چه زمانی باید با پزشک تماس گرفت؟

یک سرماخوردگی ساده یا برونشیت ویروسی میتواند بسیاری از علائم پنومونی را تقلید نماید. وقتی سرفههای شما همراه با خلط سبز یا قهوه‌ای رنگ است، تب و لرز دارید یا تنگی و مشکل تنفس پیدا کرده‌اید، احتمال وجود پنومونی زیاد است و باید فوری به پزشک مراجعه نمایید.

همچنین اگر در شما تشخیص برونشیت یا سرماخوردگی داده شده است و بعد از یک هفته همچنان علامتدار هستید و یا در این چند روز علائم شما بدتر شده است، باید جهت ارزیابیهای بیشتر به پزشک مراجعه نمایید.

## پیش آگهی

پنومونی به خصوص اگر تجویز آنتیبیوتیک زود شروع شود، با موفقیت درمان می شود. از طرفی پنومونی میتواند کشنده باشد. افراد مسن و ضعیف و کسانی که بیماریهای دیگری نیز دارند، بیشتر آسیبپذیرند.

معمولاً پنومونی سبب ایجاد عارضه‌های ماندگار در ریهها نمیشود. به ندرت پنومونی سبب تجمع مایع در اطراف ریه میشود که به آن «آمپیم» گفته میشود. ممکن است نیاز باشد که آمپیم توسط جراحی و یا لوله‌های مخصوص تخلیه شود. در پنومونی ناشی از اسپیراسیو؛ گاهی در ریهها آبسههایی ایجاد میشود که به چندین هفته درمان آنتیبیوتیکی نیاز دارد.

پنومونی عود کننده نیست و اگر فردی دچار عود پنومونی می شود باید از نظر مسائل زمینه‌ای مانند وضعیت سیستم ایمنی مورد بررسی قرار گیرد.