

Предотвратите  
пневмонию

{

Ваше здоровье

Болезни — это словно бесы,  
Что могут всех нас сбить с пути.  
И злой их умысел известен.  
Но нужно дальше нам идти.

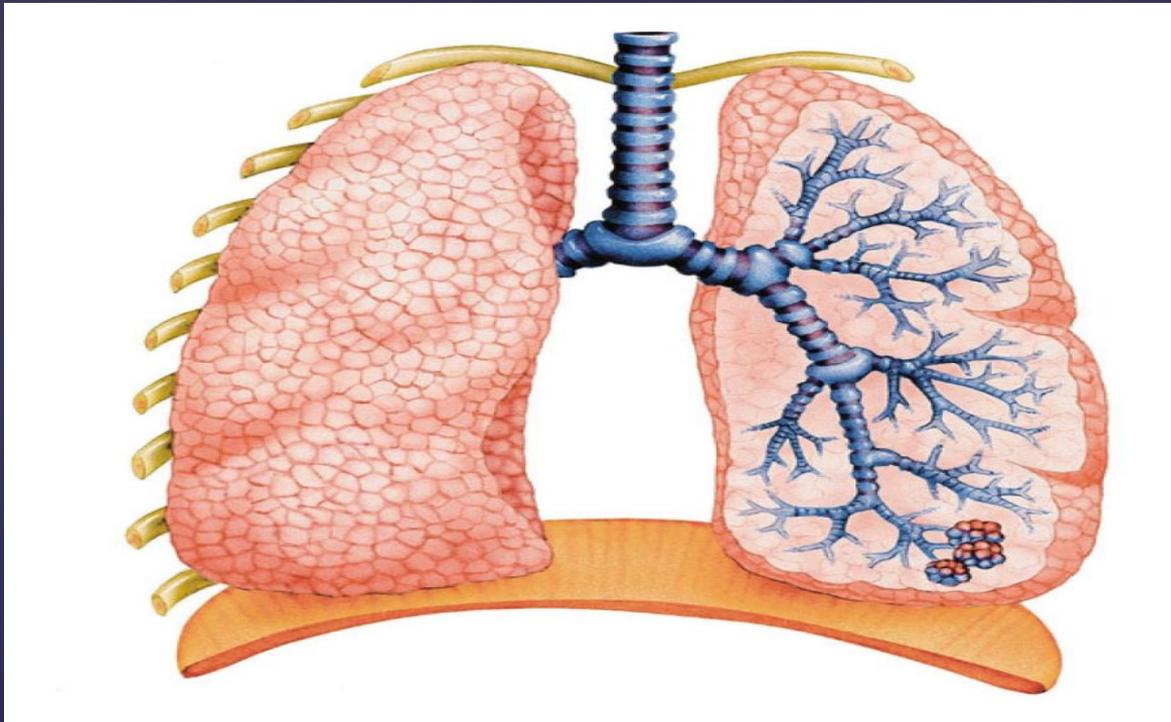
Нам хочется простых историй,  
И верных истинных друзей.  
А грусти разве кто достоин?  
Так сгинет пусть она скорей!

12 ноября- Всемирный день борьбы с пневмонией. Он призван повысить осведомлённость людей об этом заболевании, рассказать о его последствиях и способах их предотвращения



Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), пневмония входит в десятку самых распространённых причин смерти в мире. Она также является наиболее распространённым проявлением пневмококковой инфекции у взрослых и самой частой причиной смерти детей до 5 лет.

острое заболевание дыхательной системы человека, характеризующееся инфекционным поражением тканей лёгких.



# Воспаление лёгких

Чаще всего она развивается как осложнение обычной простуды. Заболевание длится около трёх недель и дольше.

У людей в возрасте 60 лет и старше в 70-80% случаях воспаление лёгких возникает на фоне другого хронического заболевания дыхательных путей, например, хронического бронхита. Массовые случаи вспышки пневмонии чаще всего случаются зимой во время разгара ОРВИ. Пневмония наиболее опасна для детей, а также для взрослых, страдающих различными заболеваниями.

Наиболее частыми симптомами пневмонии являются:

Непрерывный кашель с выделением слизи, в основном бесцветной, впоследствии приобретающей жёлто-красный или зелёный цвет;

Жар, лихорадка, повышенная потливость;

Озноб даже в жаркой комнате или в тёплой постели;

## Симптомы пневмонии

Тяжёлое , прерывистое дыхание, хрипы, слышимые на расстоянии;

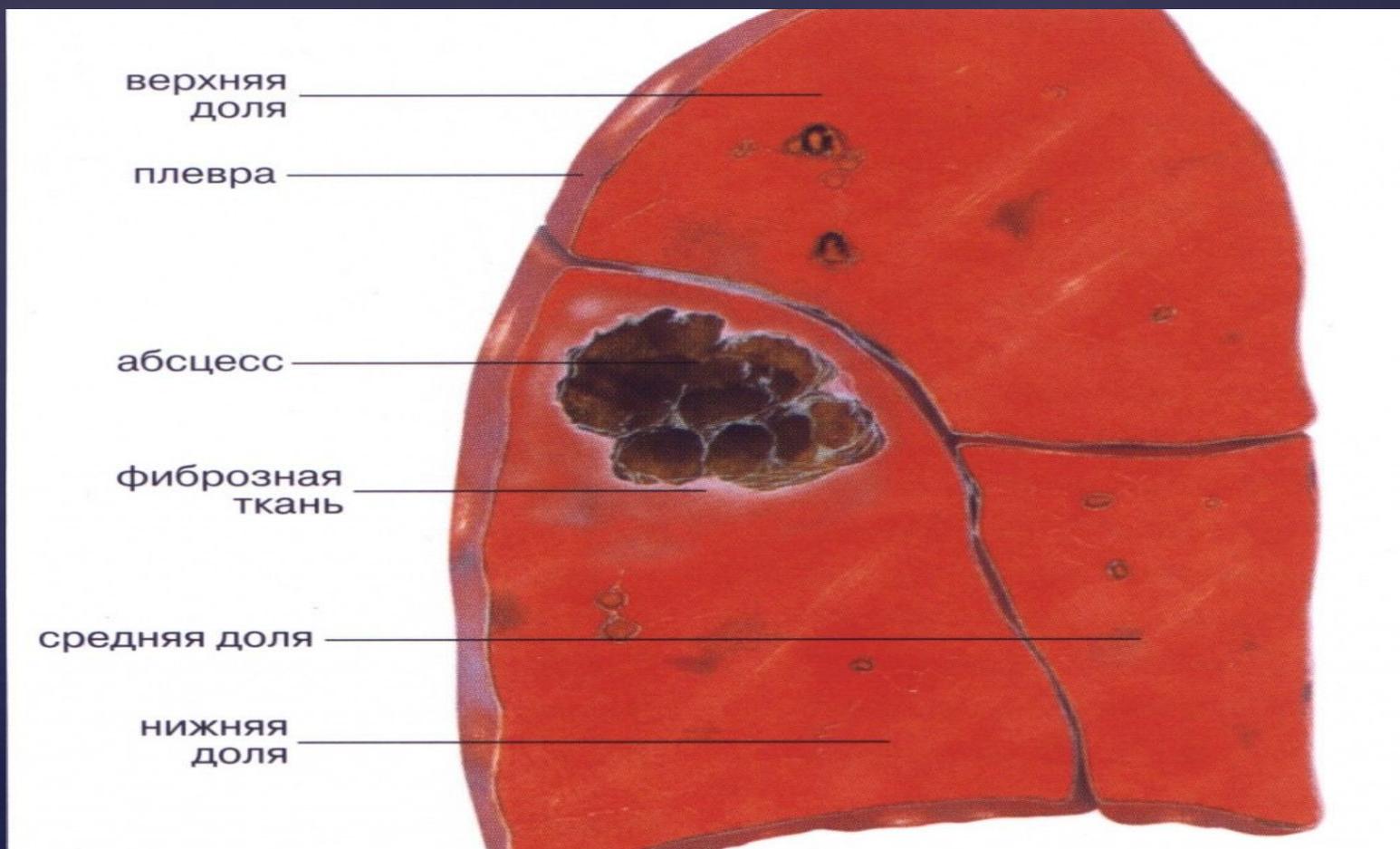
Острые боли в области груди, особенно в моменты кашля или глубокого вдоха при ощущении нехватки воздуха;

Учащённое сердцебиение, аритмия;

Упадок сил, ощущение «ватного» тела.

У взрослых пневмония может иметь несколько иной характер, чем у детей, например, более сухой кашель, отсутствие озноба или лихорадки – только сильная усталость, потеря аппетита, потливость

При этом человек может не подозревать, что страдает пневмонией. Однако проблемы могут остаться на всю жизнь: формирование гнойников в лёгких(так называемых абсцессов).



Наиболее уязвимая категория людей – дети в возрасте до 1 года и взрослые старше 65л

Усугубить течение пневмонии могут неправильное питание, потребление алкоголя и курение.

Далеко не все заболевшие сразу обращаются к врачу. Однако помощь специалиста крайне важна. Не стоит ждать, пока у вас начнётся ломота во всём теле, появиться чувство нехватки воздуха, боль в груди, ухудшится работа сердца.

## Факторы риска

Настоятельно рекомендуется обратиться к врачу в случаях, если: вы не можете устоять на ногах по причине появившихся головокружений;



Во время сильного кашля отделяется  
мокрота жёлто-красного или зелёного  
цвета;



ВЫ НЕ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ ГЛУБОКИЙ  
ВЗДОХ; А ВЫДОХ- ОЧЕНЬ КОРОТКИЙ,  
ПРЕРЫВИСТЫЙ.



У вас повышение температуры тела до 38С и выше, которую никак не удаётся снизить, и озноб.



Как правило, это заболевание лечат с помощью антибиотиков в течение 5-14 дней. По истечении 2-3 дней после начала приёма антибиотиков должны наступить стабилизация состояния больного и улучшение его самочувствия. Если этого не происходит, врач должен предложить более эффективный антибиотик.

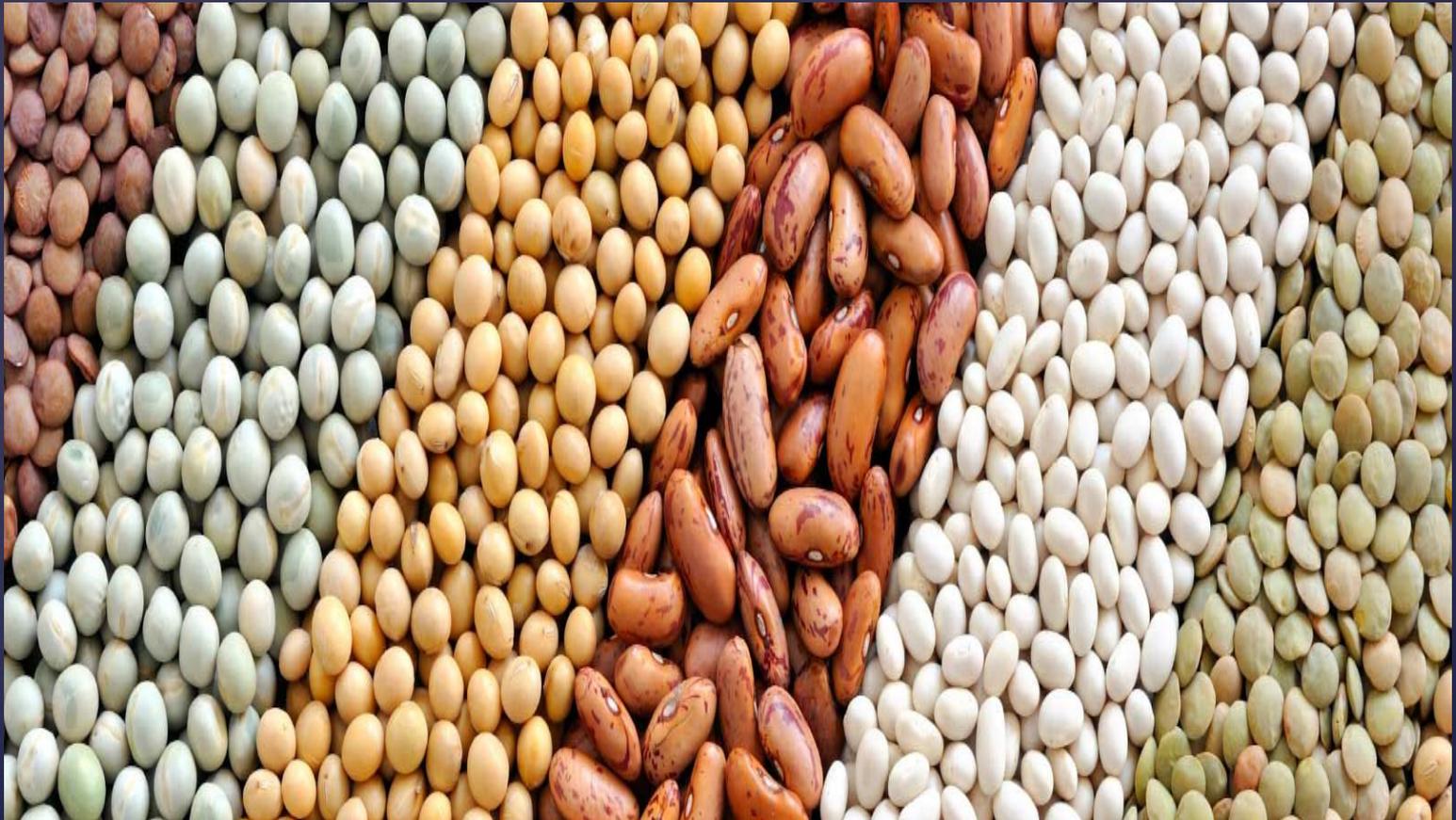
# ЛЕЧЕНИЕ

Последние исследования доказали, что применение минеральных соединений цинка может успешно предотвратить риск возникновения пневмонии у детей.



Профилактика  
заболевания

Такие соединения содержатся в бобовых и злаковых культурах.



Их применение, как показала практика, снижает риск развития пневмонии у детей на 41%. В США детям рекомендуют ежедневно принимать 5 мг цинка. Детям в возрасте от 1 до 4 лет следует принимать 10 мг цинка ежедневно.



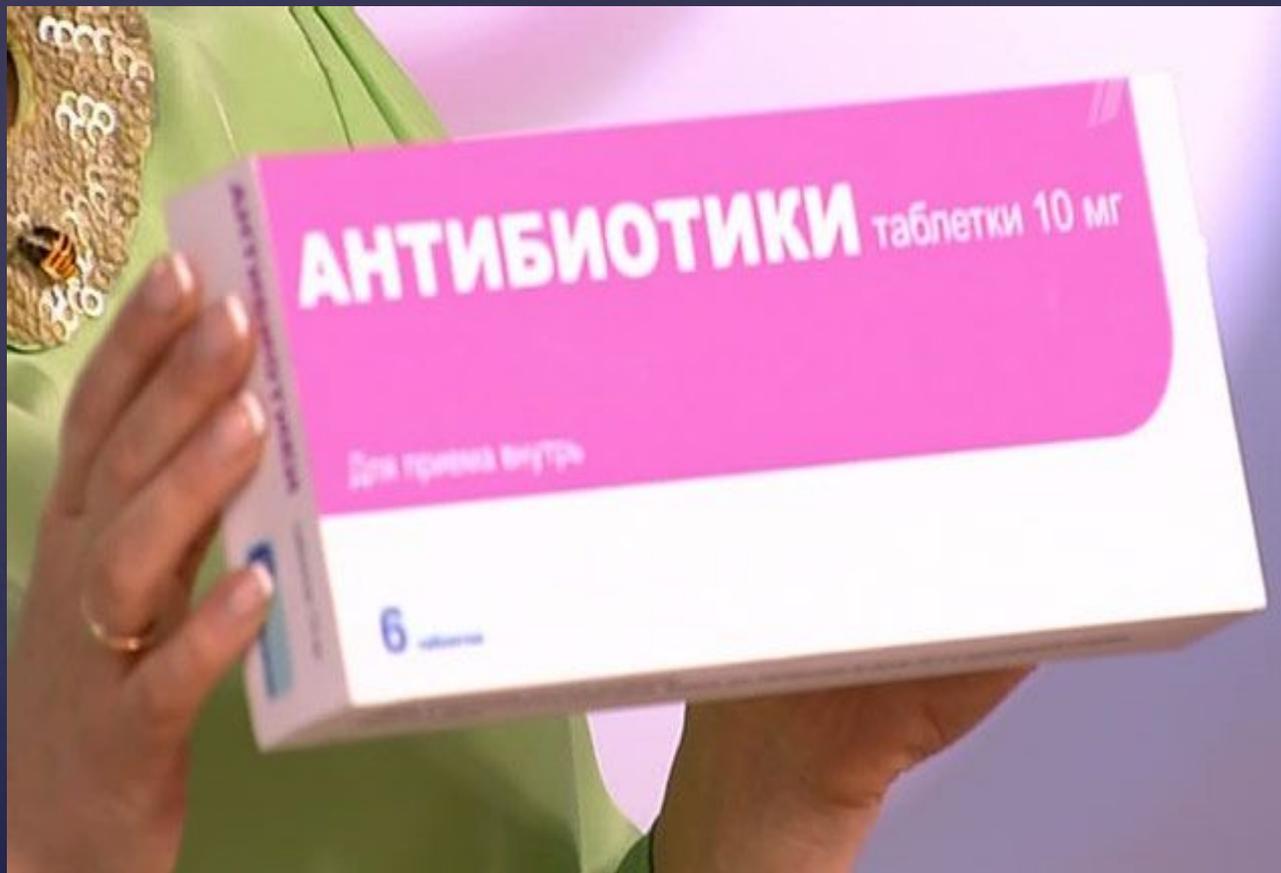
В холодное время года  
находитесь постоянно в  
тепле, пейте много тёплой  
ВОДЫ,



Не переохлаждайте организм,  
держите ноги в тепле и сухими.



Не прибегайте к самолечению  
антибиотиками.



1.Когда отмечают Всемирный день борьбы с пневмонией?

2.Каковы симптомы пневмонии?

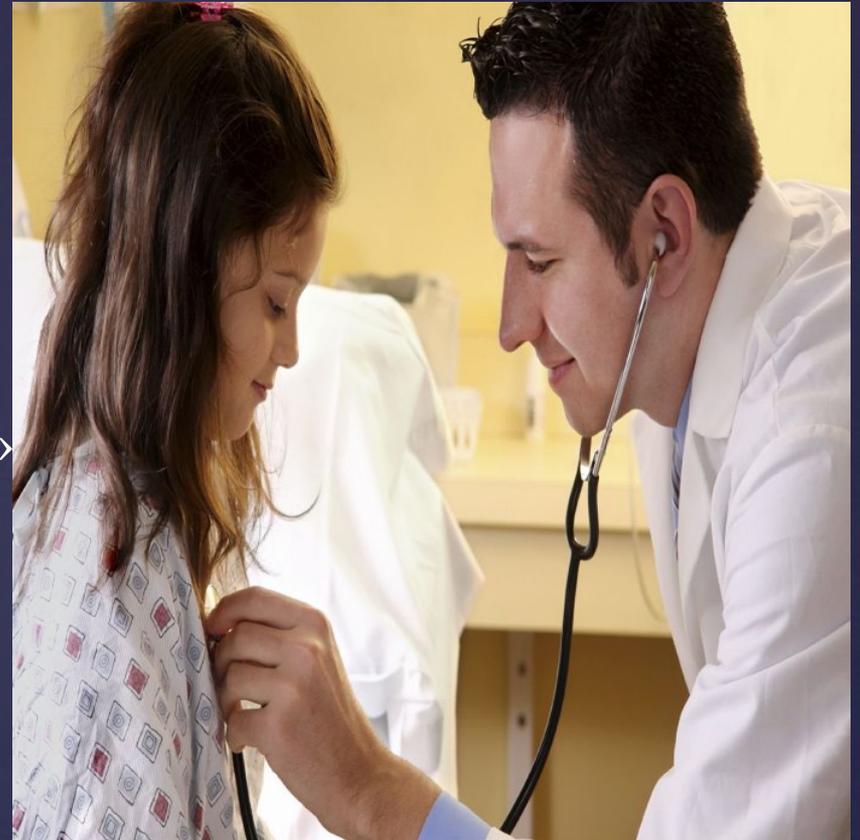
3.Факторы риска?

4.Лечение?

вопросы

Видео пневмания,  
воспаление лёгких-  
признаки, симптомы,  
лечение

- По материалам статьи Леонарда Азамфирея
- «Вам следовало бы знать»



Спасибо за внимание!