|  |
| --- |
| **Памятка по профилактике внебольничной пневмонии** |

|  |
| --- |
|  |
| **http://www.gp4surgut.ru/images/stories/20150212pnev.jpg****Внебольничная пневмония** — воспалительное заболевание легких, которое возникает вне условий стационара (больницы) или выявляется впервые 48 часов после госпитализации. Эта разновидность пневмонии также называется домашней или амбулаторной.**Пневмония передается** воздушно – капельным путем, при вдыхании микробов от больного человека. Риск заражения данным заболеванием очень высок после недавно перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп или простуда.**Симптомы пневмонии.**Пациенты могут жаловаться на:• повышение температуры тела, озноб;• кашель (сухой, либо влажный с отделением мокроты);• одышка – ощущение затруднения при дыхании;• боли в грудной клетке при дыхании;**Также больного могут беспокоить общие симптомы, особенно при тяжелых случаях:**• резкая слабость,• отсутствие аппетита,• боли в суставах,• диарея (понос),• тошнота и рвота,• тахикардия (частый пульс),• снижение артериального давления.• увеличение в крови показателя лейкоцитов – воспалительных клеток**Профилактика внебольничной пневмонии.**Здесь очень важную роль играет предупреждение респираторных вирусных инфекций.**1.** Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.**2.** Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Если у вас нет салфетки, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не руками.**3.** Оставайтесь дома, если вы или ваш ребенок переболели, в течение, по крайней мере, 24 часов после того, как температура спала или исчезли её симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.**4.** Своевременно вакцинироваться от сезонного гриппа.**5**.Все члены семьи, контактирующие с больным должны привиться вакциной против пневмококковой инфекции.**При первых признаках респираторного заболевания необходимо незамедлительно обратиться к врачу.****Качественные профилактические меры против пневмонии помогут вам оставаться абсолютно здоровыми в любую погоду. Будьте здоровы!** |