|  |
| --- |
| **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!** |