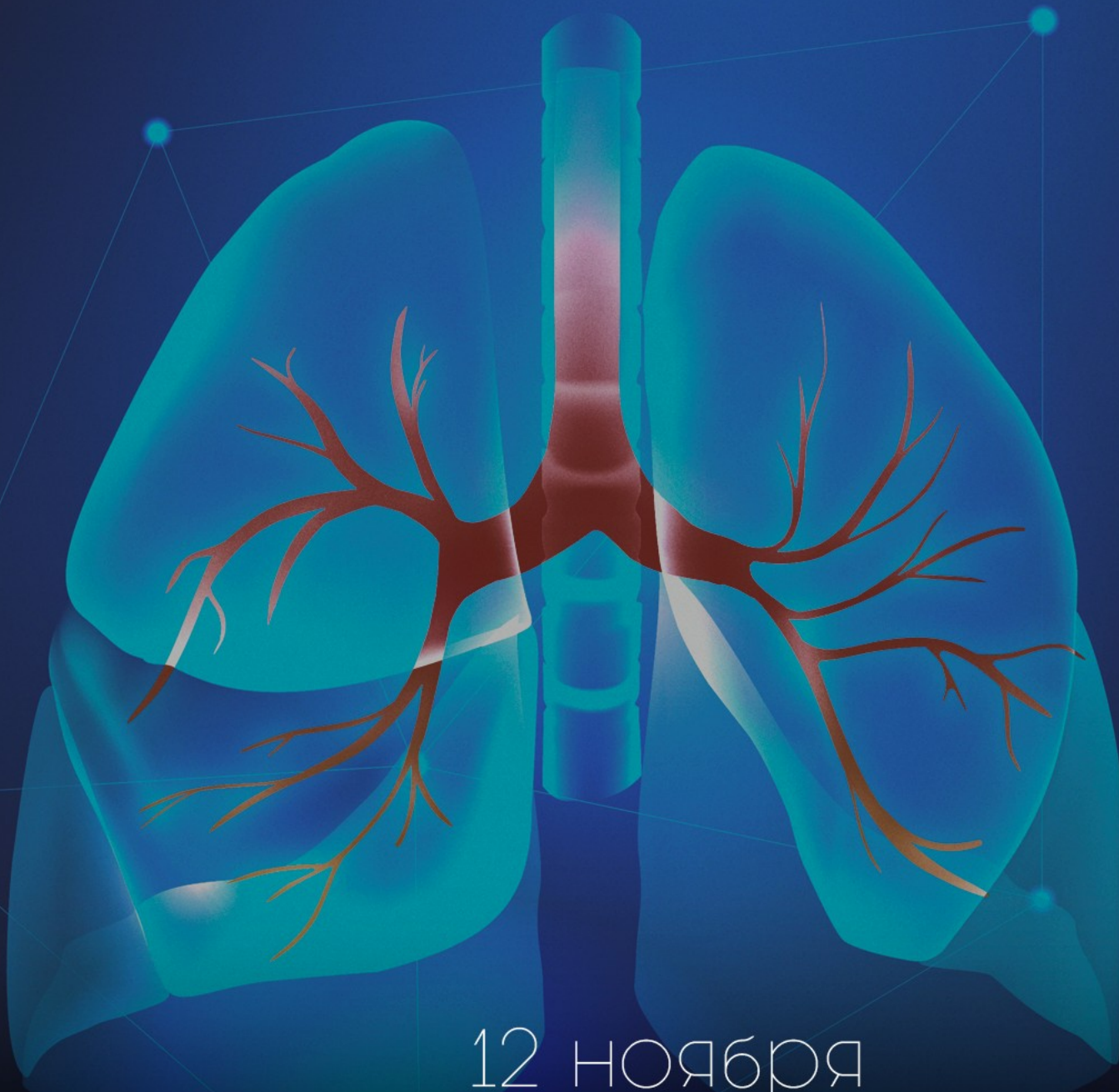




12 ноября

Всемирный день борьбы с пневмонией



ПНЕВМОНИЯ — воспалительный процесс лёгочной ткани инфекционного происхождения

Симптомы инфекции нижних отделов дыхательных путей:

- лихорадка
- кашель
- выделение мокроты
- боль в грудной клетке
- одышка



Внебольничная пневмония (ВП)

— это острое заболевание, возникшее во внебольничных условиях (вне стационара) или диагностированное в первые 48 часов от момента госпитализации.

К числу наиболее распространенных возбудителей, вызывающих ВП, относятся:

- ◆ *Streptococcus pneumoniae* (пневмококк) — наиболее распространенная причина бактериальной пневмонии у детей;
- ◆ *Haemophilus influenzae* type b (Hib) (Гемофильная палочка) — вторая по частоте причина бактериальной пневмонии;
- ◆ респираторно-синцитиальный вирус является распространенной причиной вирусной пневмонии;
- ◆ у ВИЧ-инфицированных детей одной из наиболее распространенных причин пневмонии являются *pneumocystis jiroveci*.

Основным механизмом передачи ВП является аэрозольный, который реализуется воздушно-капельным и воздушно-пылевыми путями.

Источником инфекции в большинстве случаев является больной человек или носитель возбудителя.

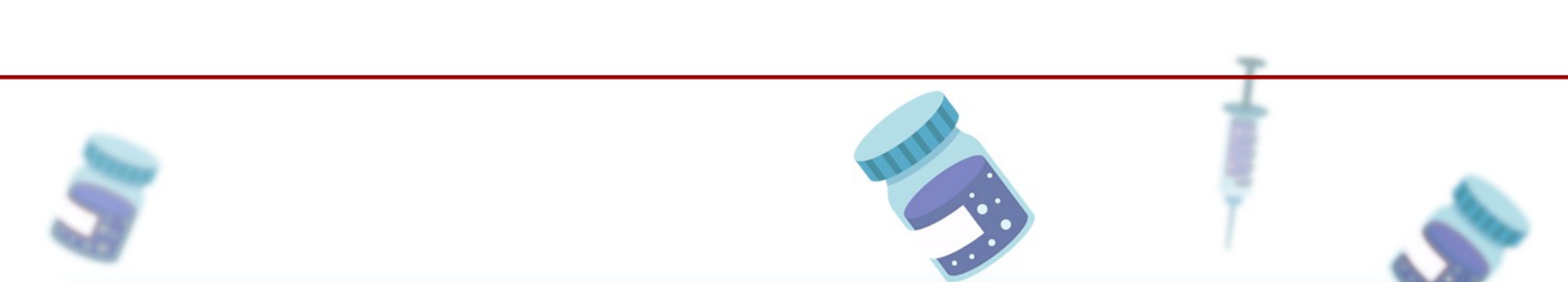
При заболеваниях, вызванных высокопатогенными вирусами гриппа, зоонозных инфекциях (орнитоз, коксиеллез и др.) источником могут явиться птицы и различные теплокровные животные.



ВП среди людей распространены повсеместно, проявляются в виде спорадической заболеваемости и эпидемических очагов, преимущественно в организованных коллективах или в семьях.

ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЮ ОЧАГОВ внебольничной пневмонии:

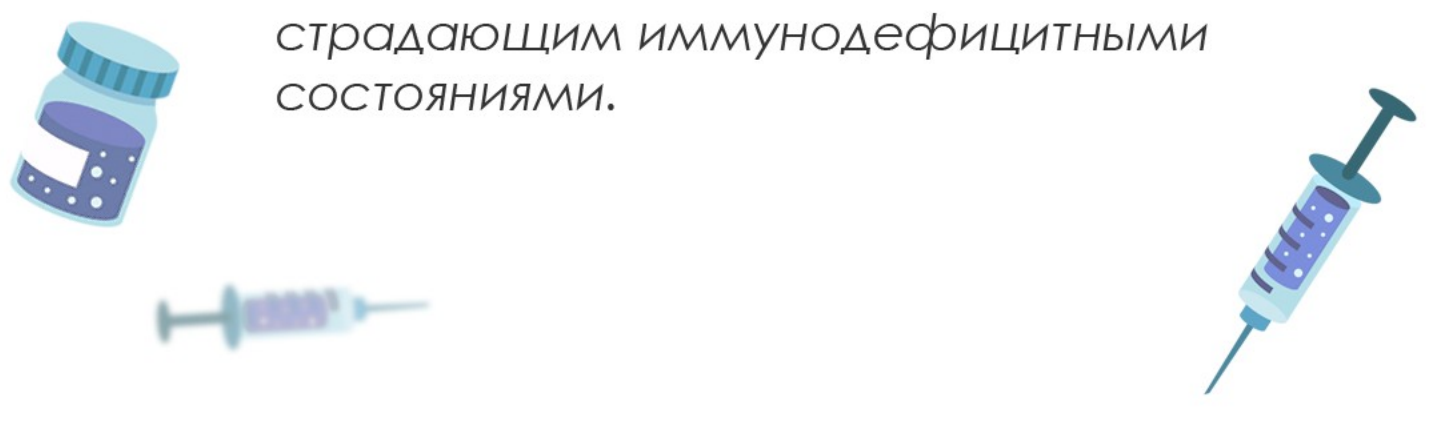
- ✗** несвоевременная изоляция больных ОРВИ из коллектива;
- ✗** нарушение работы вентиляции и не соблюдение требований санитарных правил по кратности воздухообмена в помещениях;
- ✗** переуплотнение коллектива, как следствие несоблюдения норм площадей на одного человека;
- ✗** переохлаждение организма, как следствие низкой температуры воздуха в помещениях (ниже требуемых гигиенических нормативов).



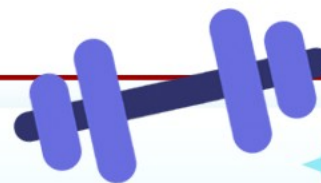
Одним из направлений профилактики внебольничной пневмонии является **ИММУНИЗАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ** против пневмококковой и гемофильной инфекции и гриппа



Вакцинация против пневмококковой и гемофильной инфекции проводится в рамках национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям, утвержденного Приказом Министерства здравоохранения РФ от 6 декабря 2021 г. № 1122н детям от шести месяцев, беременным женщинам, пожилым гражданам, а также людям, имеющим хронические заболевания дыхательной системы и сахарный диабет, страдающим иммунодефицитными состояниями.



ОСНОВНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по профилактике внебольничной пневмонии:



1. Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе. Очень важно не курить в помещении, где могут находиться люди: пассивное курение пагубно сказывается на функции бронхов и иммунитете.

2. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).

3. До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями **следует сделать прививку против гриппа**, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа.

4. В холодное время года нужно **одеваться по погоде**, избегать переохлаждений, а в летнее — сквозняков.



ОСНОВНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по профилактике внебольничной пневмонии:

5. Следует **соблюдать режимы проветривания и влажной уборки** в помещениях.

6. В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется **избегать контакта с больными людьми**, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.

7. **Необходимо соблюдать 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.

8. Важно помнить, если вы хотите оградить себя и детей от болезни, **следите за своим здоровьем**, ведь зачастую родители являются источником инфекции для ребенка, особенно при тех заболеваниях, которые передаются при тесном контакте (микоплазменная инфекция, стафилококк, многие вирусные инфекции, COVID-19).

