



**Алексей БАБИН**

Терапевт, семейный врач мед-центра «ДиаМед»

Как вовремя распознать болезнь и что облегчит ее течение

## Пневмония?

## Скорее вызывайте врача!

### Отличия есть

#### Пневмония бывает бактериальной и вирусной.

Ею могут закончиться грипп, обычная ОРВИ.

Бактериальная развивается, если из-за инфекции нарушается работа легких и в них **начинают размножаться бактерии** (появляется очаг воспаления). Сначала возникает бактериальный бронхит, а когда инфекция опускается в нижние отделы, то пневмония. Как правило, они эффективно лечатся антибиотиками.

При вирусной нет очага воспаления – **вирус проникает через носоглотку и обосновывается в клетках легких, разрушая их.** Причем вирусы могут спровоцировать рост бактерий, и тогда к вирусной пневмонии добавится бактериальная. Опасность COVID-19 в том, что он быстро проникает в нижние отделы легких, обманывая местный иммунитет верхних дыхательных путей.

**!** Против вирусной пневмонии антибиотики бессильны, а эффективных противовирусных средств еще не разработано. Поэтому вирусное воспаление легких лечить особенно сложно.

**20** Всё для женщины

### Как распознать болезнь

СИМПТОМЫ	ТИПИЧНЫЙ ВИД	АТИПИЧНЫЙ ВИД
Температура	Высокая – за 38 °С, иногда доходит до 40 °С	Невысокая – 37,3–37,5 °С, ближе к вечеру поднимается до 38 °С, не сбивается
Кашель	Сухой или мокрый; слизь, отделяемая при кашле, от светло-желтого до коричневого цвета	Его может и не быть, а если и есть, то обычно несильный и сухой
Другие	Ощущение боли в груди, боку или спине	Бледная кожа с красным румянцем на щеках, учащенный пульс, одышка после малейшего физического усилия
Общие	Наблюдаются слабость, упадок сил и потливость. Заподозрить пневмонию может врач, прослушав легкие стетоскопом, для подтверждения делается рентген	

### Можно ли предотвратить

Лекарства вам пропишет врач, исходя из ваших симптомов и состояния. А вы можете сделать следующее.

**✓ Не запускайте ОРВИ:** вовремя лечите больное горло и насморк.

**✓ Поддерживайте чистоту и влажность.** Делайте влажную уборку, проветривайте комнату 2 раза в день. Оптимальная температура воздуха – не выше 23 °С, влажность – не ниже 60%.



**✓ Предотвратить пневмонию помогут ингаляции** с физраствором, морской солью, минеральной водой, водными настоями эвкалипта, шалфея. Удобнее для этого использовать небулайзер.

**!** Эфирные масла и составы с ментолом противопоказаны: они могут вызвать аллергию и даже повредить легкие.



**✓ Двигайтесь.** Даже с температурой лежать пластом более суток нельзя, чтобы не было застойных процессов в легких и воспаление не прогрессировало. Меняйте положение каждый час – лежите на разных боках, садитесь, ходите.

**ВАЖНО!** Почувствовали, что дыхание затруднено, – срочно вызывайте скорую!

### В следующем выпуске № 19

Простые упражнения помогут избежать боли в спине.

В продаже с 28 апреля