

# ЛЕЧЕНИЕ ДОЛЖНО НАЧАТЬСЯ ВОВРЕМЯ

*Пневмония – этой болезни в нынешнем году можно отдать первое место по популярности в связи с мировой эпидемией COVID-19. А ведь само заболевание известно человечеству еще с незапамятных времен. Коварная «царица» бронхолегочных заболеваний унесла жизни многих знаменитых людей, среди которых царь Николай I, писатели М. Горький и Л. Толстой, ученый И. Павлов и многие другие. Сегодня пневмония успешно лечится и проходит без следа, однако есть одно «но»: лечение должно начинаться вовремя!*

## ВИНОЙ – НЕ ПРОСТО ПРОСТУДА

Традиционно считается, что пневмония, или воспаление легких, – это следствие переохлаждения и простуды. Отчасти это верно. Только вот само переохлаждение никак не влияет на проблему с легкими. Истинная причина пневмонии – инфекция. В большинстве случаев ее возбудителем становятся бактерии, или микробы. Наиболее известным из них является пневмококк, из-за которого болезнь и получила свое название. К другим бактериям, вызывающим пневмонию, относят стафилококки, стрептококки, энтеробактерии, кишечную палочку. Этот тип пневмонии бактериального происхождения может возникнуть как сам по себе, так и после простуды или гриппа.

Гораздо реже воспаление легких может быть связано с перенесенной вирусной инфекцией – герпесом, аденовирусом или парагриппом. Такая

пневмония протекает легче. В некоторых случаях ее причиной могут стать даже плесневые грибки – такое возможно у людей с множеством хронических заболеваний.

## ФАКТОРЫ-ТРИГГЕРЫ

Коварство пневмонии заключается в том, что заболеть ею можно, даже не выходя из дома. Бактерии, вирусы и грибки находятся вокруг нас постоянно, и избежать встречи с ними невозможно. Однако пневмония развивается далеко не у всех людей. Возникает она, когда наша иммунная система ослаблена: защитные барьеры организма снижаются – и вот путь бактериям в легкие открыт. А способствуют ослаблению иммунитета определенные болезни или состояния, среди которых:

- Хронический бронхит и обструктивная болезнь легких.
- Хронические заболевания (сахарный диабет, гипертония).

- Иммунодефицитные состояния (рак, ВИЧ).
- Аутоиммунные болезни.
- Химио- или иммуносупрессивная терапия.
- Длительные стрессовые состояния.
- Большой стаж курения и злоупотребление спиртными напитками (никотин и алкоголь повреждают слизистую оболочку бронхов, что создает благоприятную среду для развития бактерий).

Не стоит относиться небрежно и к ОРВИ, ведь даже на фоне обычной простуды защитные силы организма также снижаются. К вирусам могут присоединиться бактерии, и, если инфекция опустится вниз по дыхательным путям, воспаления легких не миновать.

## ВРАГА НАДО ЗНАТЬ В ЛИЦО

В числе основных симптомов пневмонии выделяют:

- ✓ Повышение температуры тела, причем цифры сразу же высокие – до 39 градусов.
- ✓ Кашель – может быть сухим или с обильным отхождением мокроты и усиливаться в ночное время.
- ✓ Одышка, которая усиливается при движении, но иногда развивается даже в состоянии покоя.
- ✓ Боль в груди, особенно при глубоком вдохе или повороте туловища. Тяжесть, как правило, проявляется в одной половине грудной клетки.

Кроме того, люди обычно ощущают слабость, головную боль, потливость, нарушения сна, ухудшение аппетита. Такие симптомы могут быть очень похожи на те, что дает ОРВИ, поэтому крайне важно, чтобы легкие прослушал врач. При наличии воспалительного процесса в легких в груди прослушиваются типичные хрипы, а при простукивании грудной клетки происходит притупление звука над областью воспаления.

При подозрении на пневмонию необходимо сдать общий анализ крови, в котором обычно отмечается повышенное количество лейкоцитов, увеличение палочкоядерных нейтрофилов и СОЭ. Также в комплексе обследования надо выполнить рентген грудной клетки, в некоторых случаях – сразу в двух проекциях: это позволит выявить не только пневмонию, но и ее осложнения. Обязательным пунктом является исследование мокроты – это позволит выявить возбудителя инфекции и определить чувствительность к препаратам.

## СКРЫТАЯ ИЛИ ТИХАЯ

Нередко многие начинают подозревать у себя пневмонию при наличии высокой температуры и сопутствующих симптомов. Однако встречаются ситуации, когда характерные симптомы есть, а температуры нет. При этом заболевание про-

грессирует. Такую болезнь называют скрытой или тихой, чаще всего она возникает у людей со сниженным иммунитетом (причиной ухудшения работы защитных сил организма может быть наличие источника хронической инфекции – например, воспаленные миндалины или даже непролеченные зубы). Главным признаком патологии в этом случае является одышка: при попытке глубоко вдохнуть у человека может появляться головокружение.

Скрытая пневмония очень опасна именно тем, что уходит время, так как лечат ее как простое ОРВИ. Обычное прослушивание может не выявить такую пневмонию. И даже не все опытные врачи справляются с диагностикой, поэтому требуется максимально точное и детальное исследование. На сегодняшний день золотым стандартом выявления заболевания является КТ (компьютерная томография) легких – метод, который позволяет составить полную картину всех отделов и фрагментов легочной ткани и оценить функционирование сосудов.

**СТРОГО  
ПОД КОНТРОЛЕМ  
ВРАЧА**

После того, как будут готовы результаты всех обследований, пациенту будет назначена терапия. При тяжелом состоянии показана госпитализация в отделение пульмонологии, а больные с менее выраженными симптомами могут лечиться дома. Основная цель лечения – предупредить распространение микробов и восстановить функцию легких.

Одно из опасных заблуждений заключается в том, что пневмонию лечат исключительно антибиотиками. Но это справедливо только в том случае, если возбудителем болезни является бактерия. В случае же с вирусной или грибковой пневмонией такое лечение может быть не только бесполезно, но и даже опасно для здоровья. Именно поэтому не стоит принимать какие-то препараты без назначения врача.

Для лечения бактериальной пневмонии назначают всем известные антибиотики в таблетках: **амоксициллин с клавулановой кислотой, ципрофлоксацин** или **цефалоспорины**. Выбор препарата зависит от того, к какому именно лекарству будет чувствителен микроб. В борьбе с вирусной или грибковой пневмонией используются противовирусные и противогрибковые препараты. Длительность лечения обычно составляет от 14 до 21 дня.

В качестве вспомогательных средств и методик могут использоваться:

✓ Жаропонижающие препараты (**парацетамол, нимесулид**).

✓ Отхаркивающие и муколитические средства – облегчают отхождение мокроты, разжижая ее (**бромгексин, ацетилцистеин, карбоцистеин**).

✓ Витамины и иммуностимуляторы – укрепляют иммунитет и помогают организму бороться с микробами (**циклоферон, полиоксидоний**).

✓ Физиопроцедуры (ингаляции на основе лекарственных трав – ромашки, череды, медуницы или календулы) – помогают улучшить отхождение мокроты и снять воспаление.

✓ Дыхательная гимнастика. «Дышать глубже» – это действительно хороший совет в борьбе с пневмонией. Чередование глубоких вдохов и плавных выдохов помогает восстановить функцию легких, улучшив вентиляцию.

Нередко советуют использовать народную медицину для лечения тех или иных заболеваний. Важно помнить: для пневмонии такой вариант терапии запрещен. Экспериментировать со своим здоровьем, борясь с бактериальной инфекцией травами, нельзя: велик риск упустить время, и тогда никакие меры не помогут повернуть патологические процессы вспять. Поэтому использование альтернативных методов лечения должно проводиться исключительно по согласованию с врачом и только под его контролем, но никак не взамен официальной терапии.

**ПРЕДУПРЕЖДЕН –  
ЗНАЧИТ ВООРУЖЕН**

К счастью, пневмония относится к разряду заболеваний, которых можно

избежать, если соблюдать рекомендации. Основные меры профилактики болезни:

● **Вакцинация.** Прививку от пневмококка рекомендуется сделать людям старше 65 лет, пациентам с хроническими заболеваниями легких, сердца, почек, иммунодефицитом, а также курильщикам. Получить полную информацию о сроках вакцинации можно у терапевта или фельдшера по месту жительства.

● **Соблюдение правил гигиены.** Нужно регулярно мыть руки после посещения улицы, а также не забывать об использовании антисептиков.

● **Отказ от вредных привычек.** Курение и алкоголь – злейшие враги здоровых легких: их лучше оставить в прошлом.

● **Укрепление иммунитета.** В этом помогут правильное питание, здоровый сон и небольшие, но регулярные физические нагрузки. Также полезно будет избегать переохлаждений и одеваться по погоде.

**Евгения МАШЕВИЧ,  
врач-терапевт.**

**И**ОИСК

Прошу помочь найти захоронение моего отца – Ивана Кирилловича Старикова, 1909 года рождения. Родился в селе Артемовка Печенежского района Харьковской области. В 1929 году семья переехала в Киргизию, в совхоз «Оргочер». В 1942 году отец был призван на фронт Джеты-Огузским РВК. Потом пришла похоронка: «Командир отделения 1047-го стрелкового полка 284-й стрелковой дивизии сержант Стариков Иван Кириллович погиб 14 декабря 1942 года. Похоронен в Сталинграде».

Дорогие зожевцы-волгоградцы, может, сумеете помочь в поисках места захоронения моего отца? Вся надежда только на вас.

**Адрес: Джуплиной Валентине Ивановне, 346865 Ростовская обл., Неклиновский р-н, с. Носово, ул. Молодежная, д. 47.**