



## Пневмония (Воспаление легких)

### ▶ Что такое пневмония?

Пневмония вызывается инфекцией в легких. Инфекция преимущественно поражает альвеолы, а не дыхательные пути, по которым воздух поступает в легкие и выходит из них. Инфицированные части легкого пропитываются жидкостью, содержащей лейкоциты, которые борются с инфекцией.

### ▶ Что вызывает пневмонию? Откуда она появляется?

Причиной возникновения пневмонии являются микробы (микроорганизмы, которые могут вызвать заболевание). Вирусы, бактерии и грибки – вот виды микроорганизмов, которые могут вызвать пневмонию. В легочной ткани здоровых людей этих микроорганизмов обычно нет.

Микроорганизмы иногда попадают в легкие через нашу кровеносную систему, но чаще всего они попадают в легочную ткань вместе с мельчайшими каплями воды, находящимися во вдыхаемом нами воздухе. В воздух эти микробы попадают от инфицированных людей, которые, кашляя и чихая, сами распространяют их вокруг себя.

Бывают случаи, когда источник микроорганизмов более необычен. Болезнь легионеров – это вид пневмонии, вызываемый микроорганизмами, активно размножающимися в очень теплой воде. Микроорганизмы, вызывающие пситтакоз (попугайную болезнь), обычно передаются через птиц, особенно через попугаев. Метициллин-резистентные золотистые стафилококки (MRSA) часто встречаются в больницах и могут вызвать пневмонию у людей, попавших в больницу по другой причине.

### ▶ Кто может заболеть пневмонией?

Заболеть пневмонией может любой человек, даже абсолютно здоровый и находящийся в хорошей физической форме. Тем не менее, инфицированию скорее подвержены люди с ослабленным иммунитетом, с низким уровнем естественной защиты. У маленьких детей и очень старых людей защитные механизмы легких слабее, поэтому заражение пневмонией чаще встречается в раннем возрасте и в старости.

Среди других факторов, которые могут ослабить эту защиту, – табачный дым, вирусные инфекции, поражающие дыхательные пути (такие, как обычная простуда) и другие вирусные инфекции (такие как ВИЧ). Отдельные лекарственные препараты, например, применяемые при лечении рака, также ослабляют иммунную систему, поэтому серьезное заболевание или операция могут сделать людей более уязвимыми. Вот почему у пациентов, которые уже находятся в больнице по другой причине, иногда развивается пневмония.

### ▶ Смогу ли я определить, что у меня пневмония?

Если у вас пневмония, то вы, конечно же, почувствуете, что больны, но можете не знать, что это пневмония, так как ее симптомы можно принять за признаки других заболеваний.

Обычные симптомы:

- кашель, иногда с мокротой желтого или зеленого цвета, или с вкраплениями крови
- одышка
- боль в груди, которая может усиливаться при вдохе
- высокая температура
- приступы озноба
- потеря аппетита
- слабость

### ▶ Как врач определит, что у меня пневмония?

Помимо того, что врач расспросит вас о ваших жалобах, он может услышать шумы, прослушивая пораженную часть легкого с помощью стетоскопа. Однако поставить диагноз не так просто, и он часто подтверждается только после того, когда рентгеновский снимок грудной клетки покажет, что часть легкого пропитана жидкостью.

## ▶ Как лечат пневмонию?

Основным средством лечения пневмонии являются антибиотики. Большинство людей излечиваются в домашних условиях, но тем, у кого заболевание протекает более тяжело, приходится ложиться в больницу, где есть возможность делать ингаляции кислорода и вводить жидкости при помощи капельниц. Хотя большинство больных выздоравливает, в случае тяжелой пневмонии человек может умереть даже при самом лучшем лечении.

## ▶ Что мне следует делать, если я или близкий мне человек заболел пневмонией?

- Если врач прописал лекарство, обязательно принимайте его в положенное время и проходите до конца курсы лечения антибиотиками.
- Если лечение не приводит к улучшению вашего состояния, и особенно если температура не снижается до нормальной, или дыхание становится затрудненным, снова обратитесь к врачу.
- Возможно, вы почувствуете себя лучше, если в помещении будет увлажнитель воздуха, который насыщает воздух влагой и смягчает раздражение легких.
- Обязательно пейте много жидкости, особенно если у вас высокая температура.
- И, наконец, обязательно соблюдайте постельный режим.

## ▶ Как скоро должно наступить улучшение?

Выраженность большинства симптомов, таких как боль в груди и высокая температура, уменьшается уже через несколько дней. Кашель обычно проходит через 2 или 3 недели, но вполне возможно, что пройдет до 6 месяцев, прежде чем удастся полностью избавиться от ощущения усталости и слабости.

Если ожидаемого улучшения не наступает, или создается впечатление, что болезнь возвращается, врач попытается выявить более глубокие причины, которые могли спровоцировать пневмонию.

## ▶ Могу ли я что-нибудь сделать, чтобы предотвратить заболевание пневмонией?

Микроорганизмы, которые обычно вызывают пневмонию, весьма распространены, и от них непросто уберечься. Однако вы можете помочь себе, избегая действий, которые наносят вред защитным механизмам легких (например, курения). Некоторые виды пневмонии можно предотвратить с помощью вакцинации, и во многих странах рекомендуется ее использование для людей, находящихся в группе риска (лица преклонного возраста). Обычно рекомендуются противогриппозные и пневмококковые вакцины.

- ▶ Для получения дополнительной информации и ссылок посетите [www.european-lung-foundation.org](http://www.european-lung-foundation.org)

