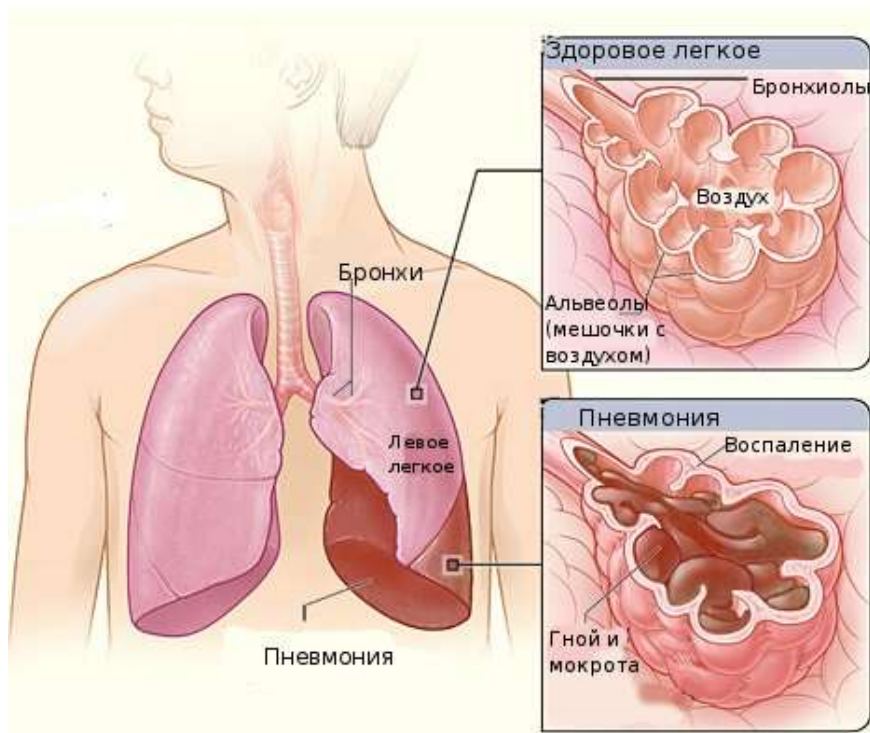


## Памятка по профилактике внебольничной пневмонии



**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!**