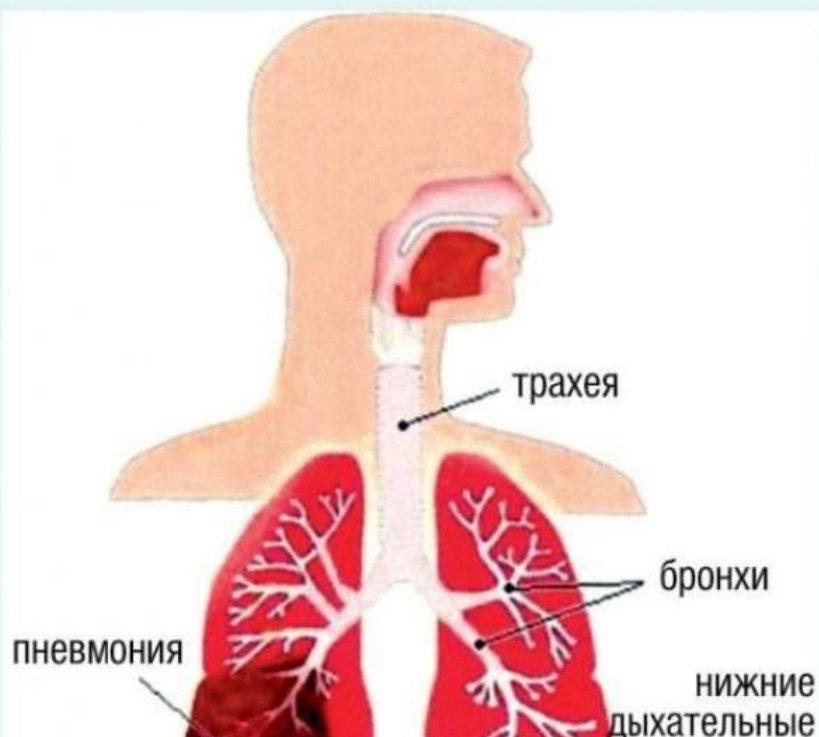


Острая респираторная инфекция, воздействующая на лёгкие. Возбудителями пневмонии являются вирусы, бактерии и грибки.



Пути передачи инфекции

- воздушно-капельный
- через кровь

Факторы риска

для взрослых

- стрессы
- ослабленный иммунитет
- курение
- хронические заболевания

для детей

- хронические ангины и частые простудные заболевания
- охлаждение или перегревание
- неполноценное питание
- несоблюдение режима

Симптомы заболевания

- температура 38-40°C
- кашель, мокрота
- одышка
- слабость
- сильное потоотделение
- боли в груди

Профилактика

- закаливание, укрепление иммунитета
- отказ от вредных привычек
- здоровый образ жизни

ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ

опасная бактериальная инфекция

Почему опасна?

- Осложнения:



Менингит



Пневмония



Сепсис



Отит

- Утяжеляет течение других инфекций (грипп, коронавирусная инфекция)

- Легко распространяется



При кашле



Чихании



Тесном контакте

- Часто бессимптомное носительство

Осложнения могут привести к инвалидности или летальному исходу

Для кого наиболее опасна?

Взрослые из групп риска



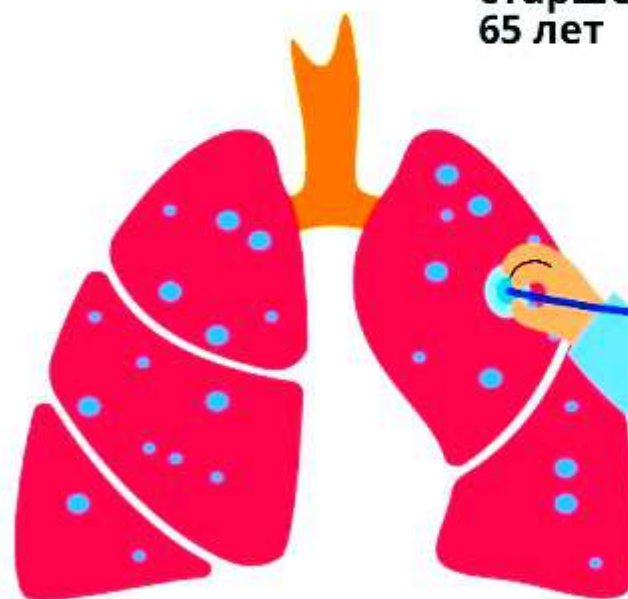
Дети до 2 лет



Взрослые
старше
65 лет

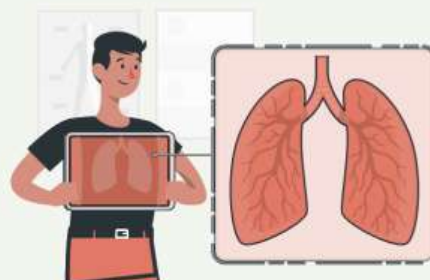


Взрослые
из группы
риска



Вакцинация – единственный надежный и эффективный способ защиты от пневмококковой инфекции

ПНЕВМОНИЯ: ЧТО НАДО ЗНАТЬ



НИИ
ОРГАНИЗАЦИИ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
И МЕДИЦИНСКОГО
МЕНЕДЖМЕНТА

Другие
памятки
смотрите
по QR-коду



ПРИЗНАКИ

Самые частые симптомы:

- кашель с мокротой
- высокая температура, озноб и потливость
- боль в груди
- одышка



Встречаются реже:

- кровохарканье
- головные боли
- тошнота и рвота
- боли в мышцах и суставах
- учащённое сердцебиение
- головокружение

У пожилых людей пневмония может проявляться нетипично:

например, человек становится растерянным, у него снижается температура или нарушается координация движений



ДИАГНОСТИКА

Чтобы точно поставить диагноз, нужно сделать рентген лёгких. На снимке видна инфекция в лёгочной ткани. Также у пациента должны быть как минимум два из **следующих симптомов**:

- высокая температура (больше 38 °C) с самого начала болезни
- кашель с мокротой
- звуки в лёгких при прослушивании стетоскопом (хрипы, потрескивания или укороченный звук при простукивании грудной клетки)
- большое количество лейкоцитов (более 10 миллиардов на литр) и/или много незрелых форм лейкоцитов в анализе крови (более 10 %)

У некоторых людей эти признаки могут отличаться от обычных или совсем отсутствовать, но это не будет исключать диагноз

ПРОФИЛАКТИКА

Самый надёжный способ защититься от пневмонии – сделать прививки от гриппа и пневмококка. Особенно важно вакцинироваться людям из группы риска.



Также, чтобы снизить риск заболеть пневмонией, нужно:

- не переохлаждаться и избегать контактов с больными людьми. Если это невозможно, носить маску
- регулярно проходить медицинские осмотры, вовремя лечить острые и хронические заболевания
- отказаться от вредных привычек, правильно питаться, полноценно отдыхать и умеренно заниматься спортом
- соблюдать личную гигиену

12+

Имеются противопоказания.
Необходимо проконсультироваться со специалистом

Памятка подготовлена совместно со специалистами ГKB № 67 имени Л. А. Ворохобова



Готовы ли Вы к сезону РЕСПИРАТОРНЫХ ИНФЕКЦИЙ?



ПНЕВМОНИЯ

Пневмония - одна из форм острой респираторной инфекции, при которой поражаются легкие. Легкие состоят из мелких мешочков, называемых альвеолами, которые при дыхании у здорового человека наполняются воздухом. При пневмонии альвеолы заполняются гноем и жидкостью, что делает дыхание болезненным и ограничивает поступление кислорода.

Пневмонию могут вызывать вирусы, бактерии и грибы.

Внебольничная пневмония (ВП) - это пневмония, которая развилась вне стационара либо впервые 48 часов с момента госпитализации?



1 из 3 пациентов с внебольничной пневмонией может умереть течение последующих 12 месяцев



Один эпизод пневмонии может ухудшить течение хронических заболеваний, таких как хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ), астма, артериальная гипертензия, сахарный диабет, заболевания сердца.



В течение **10 лет** после перенесенной внебольничной пневмонии может сохраняться повышенный риск смерти.



ПНЕВМОКОКК

Бактерия ***Streptococcus pneumoniae*** (пневмококк) является наиболее частой причиной возникновения тяжелой пневмонии и смерти от пневмонии во всем мире

Пневмококк и вирусные инфекции

Ежегодное повышение уровня заболеваемости гриппом в холодное время года сопровождается увеличением числа случаев заболеваемости внебольничной пневмонией



До **35%** случаев гриппа могут сопровождаться вторичной бактериальной инфекцией, которая может привести к увеличению риска госпитализации и смерти.

Пневмококк - один из наиболее часто встречаемых патогенов, вызывающих:



Вторичную инфекцию у пациентов, госпитализированных по поводу гриппа. Смертность от гриппа напрямую связана с развитием вторичной бактериальной пневмонии.



Вторичную инфекцию у пациентов с COVID-19, особенно при тяжелых формах. Наличие вторичной инфекции ухудшает течение COVID-19.



Иммунизацию против пневмококковой инфекции возможно проводить совместно с вакцинопрофилактикой гриппа.

Иммунизацию против пневмококковой инфекции можно проводить в течение всего года.

Обсудите с врачом возможность вакцинопрофилактики против пневмококковой инфекции, схемы иммунизации, в также возможные побочные эффекты и противопоказания. Специалист поможет ответить на вопросы и составить индивидуальную схему вакцинации.

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ПНЕВМОНИИ



Стоит понимать, что такие симптомы могут быть похожи на те, что дает ОРВИ, поэтому крайне важно, чтобы легкие прослушал врач.

Как отличить грипп от пневмонии и ОРИ

ПНЕВМОНИЯ

- более 3-5 дней высокая температура;
- глубокий кашель с трудноотделяемой мокротой;
- озноб;
- слабость;
- иногда можно ощущать неприятные ощущения или боль в груди.

ОРИ

- температура 37,5°-38,5°;
- слабость и сонливость;
- боли в горле;
- кашель;
- насморк;
- озноб.

ГРИПП

- симптомы как при ОРИ, но процесс развивается стремительно;
- повышается температура до 38,5°-40°;
- головные боли;
- озноб;
- повышенное потоотделение;
- боли в мышцах.



Простые советы: как защитить себя от гриппа во время эпидемии



Осенью сделать вакцину от гриппа.



носу и глазам. Заниматься спортом.



Меньше находиться в местах, где много людей.



Правильно питаться, есть больше фруктов и овощей.



Использовать оксолиновую мазь.



Проветривать квартиру минимум один раз в день.



Избегать контакта с людьми, которые могут быть больны.



Можно воспользоваться противовирусными препаратами.



Мыть руки перед приёмом пищи, после пребывания в транспорте и т.д.



Употреблять в пищу чеснок или лук, чтобы полностью очистить ротовую полость от вирусов и бактерий



Избегать лишних прикосновений ко рту,

Как защититься от пневмонии



Ставьте прививки
(от гриппа, пневмококковой
и гемофильной инфекции)



Мойте
руки



Проветривайте
помещение



Не общайтесь
с больными



Если заболели,
оставайтесь дома



Обратитесь
к врачу



ФМБА России
Межрегиональное управление
№ 31 ФМБА России

Микоплазменная пневмония



Межрегиональное
управление № 31
ФМБА России

Симптомы заболевания



Боль в горле



Боль в мышцах



Кашель



Высокая
температура



Затрудненное
дыхание



Головная боль



Слабость

Что это?

– это атипичная легочная инфекция, возбудителем которой является бактерия *Mycoplasma pneumoniae*.

Кто в зоне риска?

- ✓ Дети;
- ✓ Молодые люди;
- ✓ Люди с ослабленным иммунитетом и хроническими заболеваниями.

Как происходит заражение?

Источником инфекции является больной человек с признаками инфекции дыхательных путей, а так же люди с бессимптомным течением инфекции, без клинических симптомов заболевания. Основной путь передачи – воздушно-капельный (при чихании, кашле, разговоре, дыхании).

Меры профилактики



Не общайтесь с
больными



Мойте руки



Гуляйте на
свежем воздухе



Проветривайте
помещение



Если заболели,
оставайтесь дома



Не занимайтесь
самолечением

ПНЕВМОНИЯ

ИНФЕКЦИОННЫЙ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС, КОТОРЫЙ МОЖЕТ РАЗВИВАТЬСЯ В ТКАНИ ОДНОГО ИЛИ ОБОИХ ЛЕГКИХ

ФАКТОРЫ РИСКА

ПРИЧИНЫ

- ◆ БАКТЕРИАЛЬНАЯ ИНФЕКЦИЯ
- ◆ ВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ
- ◆ ГРИБКОВАЯ ИНФЕКЦИЯ

ПУТИ ПЕРЕДАЧИ
ИНФЕКЦИИ

ВОЗДУШНО - КАПЕЛЬНЫЙ



СТРЕССЫ

ОСЛАБЛЕННЫЙ
ИММУНИТЕТ

ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ

ХРОНИЧЕСКИЕ
ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЕГКИХ

КУРЕНИЕ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПНЕВМОНИИ:



СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ

ТЕМПЕРАТУРА
ТЕЛА 38-40*

СИЛЬНОЕ
ПОТООТДЕЛЕНИЕ

ОЗНОБ

ОБЩАЯ
СЛАБОСТЬ

БОЛИ В ГРУДИ,
КАШЕЛЬ

- ◆ НЕОБХОДИМО ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ, НЕ КУРИТЬ, НЕ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ, СОВЕРШАТЬ ПРОГУЛКИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ
- ◆ НЕОБХОДИМО ЗДОРОВОЕ ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ С ДОСТАТОЧНЫМ СОДЕРЖАНИЕМ БЕЛКОВ, МИКРОЭЛЕМЕНТОВ И ВИТАМИНОВ
- ◆ ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ ГРИППА
- ◆ ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ
- ◆ В ХОЛОДНОЕ ВРЕМЯ ГОДА НУЖНО ОДЕВАТЬСЯ ПО ПОГОДЕ, ИЗБЕГАТЬ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЙ И СКВОЗНЯКОВ
- ◆ В ПЕРИОД ПОДЪЕМА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ГРИППОМ И ДРУГИМИ ОРВИ ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТА С БОЛЬНЫМИ ЛЮДЬМИ (ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКУ, ВОЗДЕРЖАТЬСЯ ОТ ПОСЕЩЕНИЯ МЕСТ С БОЛЬШИМ СКОПЛЕНИЕМ ЛЮДЕЙ)
- ◆ СЛЕДУЕТ СОБЛЮДАТЬ РЕЖИМЫ ПРОВЕТРИВАНИЯ И ВЛАЖНОЙ УБОРКИ В ПОМЕЩЕНИЯХ

БУ ХМАО-ЮГРЫ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ» ФИЛИАЛ В ГОРОДЕ СУРГУТЕ

**ПРИ МАЛЕЙШЕМ ПОДОЗРЕНИИ НА ПНЕВМОНИЮ НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО
ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА!**