

В последнее время большое внимание уделяется именно профилактике внебольничных пневмоний.

Наличие опасного недуга выявляется на основании характерных симптомов и рентгенологического исследования органов дыхания.

При данном заболевании в легких поражаются основные структурные единицы органа – соединительная ткань и альвеолы. Несмотря на то что пневмония – заболевание легких, оно может приводить к осложнениям разного характера. В их числе – гепатит, энцефалит, отит, анемия, мастоидит, психозы, менингит, сепсис. При тяжелой форме пневмонии происходит воздействие токсинов на организм. Это может привести к развитию сердечной, дыхательной и печеночной недостаточности, инфекционно-токсического шока, почечной недостаточности и др.

Возбудители инфекции: пневмококк, респираторные вирусы и такие микроорганизмы, как легионелла, микоплазма, хламидия, клебсиелла, гемофильная палочка и др. передаются воздушно-капельным путем, т.е. при кашле, дыхании, чихании, разговоре.

К типичным симптомам внебольничной пневмонии относятся следующие: боль в грудной клетке во время дыхания, сухой кашель (позже с отделением мокроты), одышка, озноб, повышение температуры тела. Кроме того, болезнь может сопровождаться общими симптомами: снижением артериального давления, тахикардией, болями в суставах, отсутствием аппетита, слабостью, иногда тошнотой и рвотой.

В Республике Алтай ежегодно регистрируются более 600 случаев внебольничных пневмоний. В 2017 году в Республике Алтай зарегистрировано 637 случаев ВП, показатель заболеваемости составил 296,1 на 100 тыс. населения. Заболеваемость внебольничной пневмонией регистрировалась во всех районах республики и г. Горно-Алтайск.

За январь – март месяц 2018 г. в Республике Алтай зарегистрировано 196 случаев внебольничной пневмонии, что по сравнению с аналогичным периодом 2017 г. на 6

случаев больше.

Внебольничная пневмония регистрируется среди всех возрастов (даже у детей до года). В Республике Алтай среди детей до 14 лет за январь - март 2018 г. зарегистрировано 56 случаев внебольничных пневмоний (показатель заболеваемости 90,32 на 100 тыс. населения), что составляет 28,5% от общего количества заболевших. Среди детского населения большая часть внебольничных пневмоний зарегистрирована среди возрастов: до 1 года (10 случаев – 17,8%), 1-2 лет (17 случаев – 30,3 %), от 3-6 лет (26 случаев – 46,5%), 7-14 лет (3 случая – 5,4%).

Наиболее неблагополучными территориями по внебольничной пневмонии среди детского населения, превышающими республиканский показатель явились: Кош-Агачский район (показатель на 100000 нас. - 120,9), Майминский район (показатель на 100000 нас. – 139,2) .

Внебольничные пневмонии занимают одно из ведущих мест среди причин смерти от инфекционных заболеваний. В Республике Алтай за январь – март 2018 г. уже 8 случаев внебольничной пневмонии закончились летальным исходом (в г. Горно-Алтайске – 3 сл., Усть-Канском районе – 3 сл., Майминском районе- 2 сл.).

Из 196 больных внебольничной пневмонией 85 человек поздно обратились за медицинской помощью (43,6%), которые регистрировались во всех муниципальных образованиях.

От 196 случаев внебольничных пневмоний 55 случаев бактериально подтверждены (28.1%):

- бактериями рода streptococcus - 27 случая (49,1%),

- бактерии рода enterococcus – 11 случая (20%)

- бактерии рода staphylococcus – 6 случая (10,9%)

- другие роды бактерий – 11 случаев (20%).

Профилактические меры:

- Здоровый образ жизни- это основа предупреждения развития внебольничной пневмонии. Необходимо больше времени проводить на свежем воздухе, заниматься физкультурой, полноценно питаться, бросить курить, исключить употребление алкоголя. Выполнение этих нехитрых правил позволит любому человеку усилить иммунитет своего организма;
- С наступлением холодов следует избегать переохлаждений, одеваться соответственно погоде. Помещения, в которых люди проводят много времени, должны регулярно проветриваться.

Влажная уборка помещений тоже считается профилактической мерой против внебольничной пневмонии. Немаловажный фактор, предупреждающий попадание инфекций – соблюдение правил личной гигиены;

- В период подъема сезонной заболеваемости нужно свести к минимуму посещение мест массового скопления людей. Если возникает такая необходимость, рекомендуется использовать маску, защищающую дыхательные органы от проникновения инфекций;
- Важной профилактической мерой является прививка против гриппа, которую необходимо сделать до наступления эпидемиологического периода. Дело в том, что внебольничная пневмония нередко является осложнением после перенесенного гриппа и других вирусных заболеваний;

- Очень полезно проводить курсы приема средств на растительной основе, оказывающих иммуностимулирующее действие. Только перед этим нужно обязательно проконсультироваться с врачом. Если не имеются противопоказания, то сильными иммуностимуляторами являются доступные каждому природные средства – пчелиный мед и чеснок.

Таковы основные рекомендации по профилактике внебольничной пневмонии. Следует помнить, что при первых признаках нездоровья не стоит выходить на работу, учебу, детский сад. Такое легкомысленное поведение может стать не только причиной заражения коллег, одноклассников, одноклассников, но и вызвать серьезные осложнения внебольничной пневмонии.

При появлении первых признаков пневмонии, не занимайтесь самолечением, своевременно обращайтесь за медицинской помощью.

Берегите себя и свое здоровье!