



**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ
АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН**

В.Н.Шалимова ул., д.3, г. Белореченск

Краснодарский край, 352630

е-mail: uobelora@mail.ru

тел./факс (886155)3-26-64;

ОКПО 02089961, ОГРН 1022300715250,

ИНН 2303013411, КПП 230301001

от 13.03.2015 № 942/01-14.10
на № _____ от _____

Руководителю ОО

Управление образованием администрации муниципального образования Белореченский район на основании письма территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Краснодарскому краю в Северском, Абинском, Крымском, Белореченском, Апшеронском районах, г. Горячий Ключ просит разместить на сайте подведомственной Вам организации следующую информацию: «Профилактика внебольничной пневмонии» и памятку по профилактике пневмонии.

Внебольничная пневмония относится к наиболее распространенным острым инфекционным заболеваниям. Эта инфекционная болезнь начинается вследствие общего ослабления организма.

Обычно рост заболеваемости внебольничными пневмониями наблюдаются в период подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом, но заболеваемость может регистрироваться в любое время года.

Внебольничная пневмония - воспалительное заболевание легких, которое возникает вне условий стационара (больницы) или выявляется в первые двое суток после госпитализации. Эта разновидность пневмонии также называется домашней или амбулаторной.

Причины возникновения внебольничной пневмонии:

Чаще всего возбудителями внебольничной пневмонии являются пневмококки. Однако болезнь может возникнуть при инфицировании другими бактериями, вирусами и простейшими. Микроорганизмы, вызывающие внебольничные пневмонии, могут проникнуть в организм человека в домашних условиях, во время контакта с окружающей средой, в момент пребывания в местах и учреждениях с большим скоплением народа, через верхние дыхательные пути (при кашле, разговоре, чихании).

Симптомы пневмонии:

- повышение температуры тела, озноб;
- кашель (сухой, либо влажный с отделением мокроты);

- одышка – ощущение затруднения при дыхании;
- боли в грудной клетке при дыхании;
- увеличение в крови показателя лейкоцитов – воспалительных клеток.

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.

Профилактика внебольничной пневмонии.

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. Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа, как только поступит соответствующая вакцина.
5. При первых признаках респираторного заболевания необходимо обратиться к врачу.
6. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).
7. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее — сквозняков.
8. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
9. В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.
10. Важно помнить, что, если вы хотите оградить себя и детей от болезни, следите за своим здоровьем, ведь зачастую родители являются источником инфекции для ребенка, особенно при тех заболеваниях, которые передаются

при тесном контакте (микоплазменная инфекция, стафилококк, многие вирусные инфекции).

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ: если заболели Вы или ваш ребенок, Вам необходимо не вести ребенка в детский сад, школу, а обратиться к врачу. При тяжелом состоянии необходимо вызвать врача на дом, и ни в коем случае не заниматься самолечением.

Приложение: в _____ экз., на _____ л.

Исполняющий обязанности
начальника управления образованием
администрации муниципального образования
Белореченский район

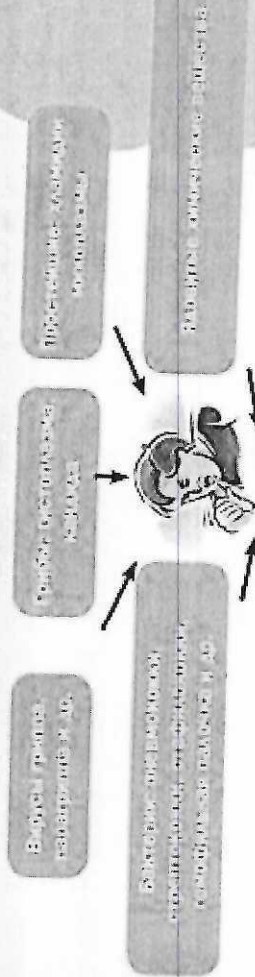


О.А. Черников

Пневмония

Пневмония (воспаление лёгких) – чрезвычайно распространённое и угрожающее жизни, заболевание. По частоте смертельных исходов пневмония стоит на первом месте среди всех инфекционных заболеваний.

Причины



Заподозрить пневмонию можно, если:

- быстрая утомляемость,
- потливость,
- нарушение сна,
- снижение работоспособности,
- снижение аппетита.
- одышка при физической нагрузке и в покое



у детей

температура тела на фоне ослабленного иммунитета может не подниматься, или оставаться субфебрильной (37°C)

кашель с отхождением обильной мокроты

у взрослых

лихорадка более 3 дней с подъемом температуры тела до 38°C

кашель с отхождением обильной мокроты ржавого или зеленоватого цвета
иногда могут быть неприятные ощущения или локализованные боли в груди.

у людей пожилого возраста симптомы общей интоксикации более выражены

Факторы риска, повышающие вероятность развития пневмонии:

1. Переохлаждение
2. Иммунодефицит.
3. Возраст старше 3 лет и старше 60 лет. Дети и старики пневмонией болеют чаще и тяжелее – у обоих организм ещё не окреп, а у других уже ослаб.
4. Тяжелые заболевания почек, сердца, легких, центральной нервной системы
5. Онкологические заболевания.
6. Курение, в том числе пассивное (для детей)
7. Алкогольные эксцессы (подарывают защитные силы организма)
8. Проведение искусственной вентиляции легких или обидного наркоза.

Лечение

ДИАГНОЗ СТАВИТСЯ НА ОСНОВАНИИ ТЩАТЕЛЬНОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ ВРАЧОМ: рентгенография грудной клетки, микробиологическое исследования мокроты, общий и биохимический анализ крови, дополнительные обследования по показаниям.

ЛЕЧЕНИЕ ПНЕВМОНИИ МОЖЕТ ПОТРЕБОВАТЬ СТАЦИОНАРНОГО ЛЕЧЕНИЯ

Правила лечения

- ПНЕВМОНИЮ ЛЕЧИТЬ ТОЛЬКО С ВРАЧОМ! Катеторически запрещается заниматься самолечением. Это не простуда, самостоятельно её не вылечить. Помните про смертельную опасность этой болезни.
- ПНЕВМОНИЯ МОЖЕТ РАЗВИТЬСЯ ПОСЛЕ ЛЮБОЙ ПРОСТУДЫ.
- ПНЕВМОНИЮ ДОЛЕЖИВАТЬ ДО КОНЦА. Назначенный врачом курс лечения следует проводить полностью, и ни дня не меньше, даже если вы уже чувствуете себя абсолютно здоровым!
- ПОМНИТЬ ПРО АТИПИЧНУЮ ПНЕВМОНИЮ. Если известно бы лечение от хламидиоза, микоплазмоза или других возбудителей – предупредить врача.
- ПНЕВМОНИЮ ЛЕЧИТЬ ТОЛЬКО В ПОСТЕЛИ. Очень важно освободить иммунную систему от всех нагрузок, чтобы она занималась только одной самой важной работой – УНИЧТОЖЕНИЕМ ИНФЕКЦИИ.

После перенесенной пневмонии необходимо диспансерное наблюдение в течение года!

Рекомендации

- Дыхательная гимнастика, лечебная физкультура
- Повышение иммунитета, мягкие закаливающие процедуры вводить постепенно с нарастающим эффектом через 2 недели после выписки из стационара.
- Санация очагов инфекции в ротовой полости
- Вакцинация против респираторных инфекций (гриппа, пневмококка)
- Санаторно-курортное лечение
- Очередное обследование по назначению врача.

Аетям

Домашний режим не менее 1 месяца

Взрослым

Отказаться от курения, избегать воздействия горячего или холодного воздуха, химических раздражителей

Будьте здоровы!