

# ПНЕВМОНИЯ

Пневмония (или воспаление легких) - острое респираторное инфекционное заболевание, вызывающее поражение легочной ткани. Это распространенное заболевание: по статистике, от него страдают 12-14 человек на 1000 населения, при этом, если ее игнорировать, она легко приводит к смертельному исходу.

Несмотря на то, что сегодня пневмония довольно успешно лечится антибиотиками и проходит без следа, однако смертность от нее продолжает сохраняться на высоком уровне. Это заболевание находится на 4-м месте списка причин смертности у населения. Связано это с тем, что нередко ее недооценивают и теряют время. А именно время в лечении пневмонии играет важную роль.

## Почему появляется пневмония?

Нередко считается, что пневмония — это следствие переохлаждения и простуды. Отчасти это верно. Только само переохлаждение никак не влияет на проблему с легкими. Пневмония в большинстве случаев — бактериальная патология. А это значит, что развивается она только тогда, когда в легкие попадают болезнетворные микробы.

Переохлаждение действует на организм следующим образом: иммунная система ослабляется, перестает бороться, защитные барьеры снижаются, и путь бактериям открывается. Так, они и попадают в легкие и начинают вести активную разрушительную деятельность.

Оставлять не долеченными ОРВИ также не стоит. Ведь на фоне хозяйствования вирусов в организме защитные силы также снижаются. И нередко через несколько дней от начала обычного ОРВИ к вирусам присоединяются и бактерии. Ведь вирусные инфекции становятся причиной воспаления верхних дыхательных путей и создают максимально комфортные условия для развития бактерий, которые через некоторое время опускаются в легкие.

Основные возбудители пневмонии: пневмококки, стафилококки, гемофильные палочки, хламидии, микоплазмы, легионеллы, клебсиеллы и даже кишечные палочки.

## Как вовремя распознать пневмонию?

В числе основных симптомов пневмонии называют:

- Повышение температуры тела, причем цифры сразу же высокие — до 39 градусов
- Кашель — может быть сухим или с обильным отхождением мокроты
- Одышка, развивающаяся даже в состоянии покоя
- Боли в груди

Кроме того, люди с пневмонией жалуются на общую слабость, снижение сил, повышенную утомляемость, потливость, нарушения сна, ухудшение аппетита. Стоит понимать, что такие симптомы могут быть похожи на те, что дает ОРВИ, поэтому крайне важно, чтобы легкие прослушал врач. При наличии воспалительного процесса он услышит хрипы разного характера, а при простукивании грудной клетки проявляется притупление звука над областью воспаления.

При подозрении на пневмонию обязательно надо сдать *общий анализ крови и сделать рентген грудной клетки*, в некоторых случаях сразу в двух проекциях. Такой вариант позволит выявить не только саму пневмонию, но и ее осложнения. Обязательным пунктом обследования является *исследование мокроты* — это позволит установить возбудителя инфекции и поможет подобрать максимально подходящие антибиотики.

## Заразна ли пневмония?

Сама по себе пневмония не заразна. Однако «подхватить» ее вполне возможно, ведь она развивается на фоне заражения опасными бактериями. Они распространяются по воздуху, а значит, легко передаются воздушно-капельным путем и через предметы общего

пользования, на которых эти бактерии оседают. Единственное, что стоит учитывать — эти бактерии широко распространены (например, стрептококк встречается на слизистых носоглотки у 99% людей), но «выстреливают» только при благоприятных для них событиях или у определенных групп лиц. Чаще всего развитие пневмонии происходит на фоне снижения иммунитета.

В группе риска по развитию пневмонии находятся люди, которые:

- Болеют ОРВИ в острой стадии
- Болеют ВИЧ
- Проходят иммуносупрессивную терапию
- Прошли химиотерапию
- Принимают антибиотики длительное время
- Страдают аутоиммунными заболеваниями
- Страдают хроническими бронхолегочными заболеваниями
- Болеют раком легких
- Курят

### **Бывает ли пневмония без температуры?**

Нередко многие начинают подозревать у себя пневмонию при наличии высокой температуры и сопутствующих симптомов. Однако встречаются ситуации, когда характерные симптомы есть, а температуры нет. Болезнь при этом прогрессирует. Такую болезнь называют скрытой или тихой, и она очень опасна именно тем, что уходит время, т.к. лечат обычно простое ОРВИ.

Обычное прослушивание может не выявить такую пневмонию. И даже не все опытные врачи справляются с диагностикой, поэтому требуется максимально точное и детальное исследование. Чаще всего скрытая пневмония возникает у людей со сниженным иммунитетом, причиной ухудшения работы защитных сил организма может быть наличие источника хронической инфекции, как например, воспаленные миндалины или даже не пролеченные зубы. Главным признаком патологии в этом случае является одышка. При попытке глубоко вдохнуть у человека отмечается головокружение.

Очаговая пневмония (воспаление в пределах одного сегмента легкого) чаще всего не убивает. Но пневмония может быть и долевого (когда воспаление распространяется на целую долю легкого — в правом легком 3 доли, в левом — 2) и тотальной (когда поражено все легкое в целом).

Пневмония может поражать одно легкое или сразу оба. Воспалительный процесс выключает этот участок из процесса газообмена, и функция дыхания в пораженном месте не осуществляется. Развивается дыхательная недостаточность, которая сопровождается сильнейшей интоксикацией из-за того, что в пораженном легком кровь обогащается не кислородом, а токсичными медиаторами воспаления и, например, продуктами жизнедеятельности бактерий, которые и могли быть причиной этой пневмонии.

### **Течение болезни, осложнения**

Пневмония может протекать в острой, подострой (затяжной) или хронической формах, в тяжелых случаях не исключен смертельный исход. Смешанная вирусно-бактериальная инфекция отягощает течение болезни. В зависимости от вовлеченности легких в воспалительный процесс выделяют одностороннюю (когда поражено одно легкое) и двухстороннюю (оба легких) пневмонию.

Заболевание может привести к таким осложнениям, как плеврит, отек или абсцесс легких, острая сердечно-легочная недостаточность, миокардит, эндокардит, менингоэнцефалит, менингит, сепсис, инфекционно-токсический шок и др.

## **Группа риска**

Вероятность возникновения пневмонии повышается при переохлаждении, респираторных заболеваниях, стрессе, переутомлении.

В группу риска входят маленькие дети (до 5 лет), пожилые люди (старше 65 лет), лица с ослабленной иммунной системой (например, больные сахарным диабетом, СПИДом, онкологическими заболеваниями и др.), с врожденными пороками бронхо-легочной системы, имеющие хронические заболевания (болезни сердца, пиелонефрит и др.), астматики, лежачие больные, а также курящие и злоупотребляющие спиртным.

## **Лечение**

При пневмонии необходима госпитализация пациента в стационар - отделение терапии или пульмонологии.

*Основное лечение заболевания - медикаментозное.* Назначаются антибиотики в виде таблеток, внутримышечно или внутривенно (в зависимости от тяжести заболевания), антибактериальные и противогрибковые препараты (при выявлении бактериальной или грибковой инфекции). При необходимости больному прописываются иммуностимуляторы, муколитические и отхаркивающие препараты, витамины. Если возникает необходимость, могут назначаться ингаляции кислорода. Во время острого периода болезни рекомендуется соблюдать постельный режим, употреблять теплое питье до 1,5-2 л в сутки (в виде чая с лимоном, морсов, соков), исключить из рациона жирную пищу и кондитерские изделия.

## **Профилактика**

В настоящее время проводится активная иммунизация детского и взрослого населения пневмококковой вакциной. Учитывая разнообразие серотипов бактерии, ученые разрабатывают поливалентные вакцины, то есть, препараты, защищающие сразу от нескольких разновидностей инфекции. Современные вакцины позволяют получить защиту сразу от 23 наиболее распространенных у человека серотипов. Сегодня в России зарегистрировано несколько вакцин — полисахаридных и полисахаридных конъюгированных. Это значит, что ни живые, ни ослабленные, ни убитые бактерии в состав препаратов не входят. Для изготовления вакцин используются только не представляющие опасности для человека соединения, входящие в поверхностную оболочку микроорганизмов. Так, полисахаридные вакцины представляют собой набор полисахаридов, которые входят в капсулу бактерий. Организм, получив прививку, вырабатывает к ним антитела — учится распознавать опасность. Столкнувшись с реальным пневмококком, он сразу сможет оказать сопротивление.

С января 2014 года прививка от пневмококковой инфекции вошла в наш отечественный Национальный календарь прививок. Вакцинацию проводят детям с 2-х месячного возраста трехкратно до 2-х лет и однократно детям в возрасте старше 2-х лет

Активно вакцинация проводится и среди взрослого населения. В группу повышенного риска пневмонии входят люди с хроническими патологиями дыхательных путей: бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких, а так же пациенты, страдающие сахарным диабетом, ишемической болезнью сердца, хроническими болезнями почек, онкологическими заболеваниями. Еще одна группа риска — пожилые люди в возрасте 50 лет и старше. Именно в этой группе повышена угроза не только заболеваемости, но и смертности от пневмонии и ее осложнений.

Учитывая то, что пневмония часто возникает как осложнение после гриппа, показаны так же и ежегодные противогриппозные вакцинации.

В целом, можно назвать две основные причины, по которым детям и людям из групп риска нужна прививка: По разным данным, от 70 до 80% случаев пневмонии вызываются именно пневмококками. Бактериальная пневмония лечится только антибиотиками. Но пневмококки тоже не стоят на месте и учатся противостоять лекарствам. Проблема резистентности к антибиотикам уже давно вышла на мировой уровень. И лучший способ профилактики пневмонии — это вакцинация.

Для профилактики пневмонии следует вести здоровый образ жизни с полноценным питанием и отдыхом, избегать стрессов, отказаться от курения.

## Еще раз об основных важных моментах:

1. При любом простудном заболевании, особенно протекающем с высокой температурой - необходимо вызвать врача!

2. Не отказываться от обследования и направления на госпитализацию (помним - пневмония коварна - от нее можно погибнуть в первые 5 суток)!

3. Профилактика пневмонии - это вакцинация ежегодная противогриппозной вакциной и однократно непосредственно против пневмококка вакциной Превенар-13 и Пневмо 23- один раз в пять лет! Это позволит значительно снизить риск развития заболевания!!

Для привлечения внимания к проблеме пневмонии был учрежден Всемирный день борьбы с пневмонией (World Pneumonia Day). Он проводится 12 ноября при поддержке ВОЗ, начиная с 2009 г. В этот день учреждения здравоохранения организуют профилактические мероприятия, проводят медицинские осмотры, волонтеры рассказывают людям о пневмонии, раздают информационные листовки и буклеты. Мы тоже решили внести свой вклад.

Для Вас, уважаемые жители Охи и Охинского р-на, мы решили ознаменовать открытие нашего сайта статьей о пневмонии. Могу сказать от себя лично: нам удалось значительно переломить ситуацию в плане негативного и отрицательного отношения жителей города и района к вакцинации против гриппа и пневмонии. Население стало прививаться охотнее и активнее, особенно возрастная категория старше 50 лет и пациенты, состоящие на диспансерном учете. Охинские медики очень этому рады. Действительно, отмечается снижение сезонной заболеваемости от ОРВИ и гриппа, что доказывает повышение иммунитета и сопротивляемости простудным заболеваниям, а значит и пневмонии. Надеюсь, что данная информация усвоится и предостережет вас от неправильных действий. Доброго Вам всем здоровья! Берегите себя!

Врач-терапевт городской поликлиники

М.М. Бадрутдинова