К наиболее распространенным острым инфекционным заболеваниям относится внебольничная пневмония. Эта инфекционная болезнь начинается вследствие общего ослабления организма. Наиболее тяжело внебольничные пневмонии протекают у лиц пожилого возраста и у лиц с наличием сопутствующих заболеваний (онкологические и гематологические заболевания, сахарный диабет, сердечно - сосудистые заболевания, заболевание почек и печени, вирусные инфекции и другие).

Одним из факторов, способствующих данному заболеванию, продолжает оставаться несвоевременное обращение заболевшего за медицинской помощью, при перенесенном в легкой форме ОРВИ или другой хронической респираторной инфекции. Более половины среди выявленных заболевших внебольничной пневмонией граждан обратились за медицинской помощью на 3-ий - 7-ой день заболевания, регистрируются случаи смерти на дому, то есть некоторые заболевшие вообще не обращаются за медицинской помощью.

Что такое внебольничная пневмония? Это инфекционное заболевание дыхательных путей нижних отделов. Внебольничная пневмония у детей и взрослого населения развивается в большинстве случаев как осложнение перенесенной вирусной инфекции. Название пневмонии характеризует условия ее возникновения. Заболевает человек дома, без каких-либо контактов с медицинским учреждением.

Взрослые чаще всего болеют пневмонией в результате попадания в организм бактерий, которые и являются возбудителями болезни. На протяжении всей жизни на дыхательные пути и легкие человека постоянно воздействуют болезнетворные организмы: вирусы и паразиты. На пути к легким бактерии встречают защитные барьеры, которые представлены верхними дыхательными путями и ротоглоткой. Если эти барьеры преодолеваются болезнетворными организмами - бактериями, вирусами и грибками, начинает развиваться инфекция.

Подозрение на пневмонию должно возникать при наличии у больного лихорадки в сочетании с жалобами на кашель, одышку, отделение мокроты и/или боли в груди. Больные, переносящие пневмонию, часто жалуются на немотивированную слабость, утомляемость, сильное потоотделение по ночам. После беседы с врачом проводится общий осмотр. Для уточнения диагноза и выявления различных аспектов больному назначается рентгенографическое обследование грудной клетки.

Внебольничная пневмония развивается, когда в ослабленный организм человека попадают микробы, которые вызывают воспаление. Причины заболевания следующие: переохлаждение организма, вирусные инфекции, сопутствующие заболевания (сахарный диабет, сердце, легкие и другие), ослабленный иммунитет, чрезмерное употребление алкогольных напитков, длительное пребывание на постельном режиме, перенесенные операции, пожилой возраст.

Профилактика внебольничной пневмонии – это:

* Правильный образ жизни, который предполагает занятия физическими упражнениями, регулярные длительные прогулки на свежем воздухе, активный отдых.
* Сбалансированное здоровое питание с нормированным содержанием белков, витаминов и микроэлементов.
* Ежегодная прививка детей и взрослых против гриппа, которая делается до наступления холодного времени года. Очень часто грипп дает осложнение. Человек заболевает пневмонией, которая протекает сложно.
* Жизнь без переохлаждений и сквозняков. Ежедневная уборка и проветривание помещений. Частое мытье рук и промывание носовых ходов. Ограничение контактов с больными ОРВИ. В период массового распространения инфекции прием меда и чеснока, они являются прекрасными иммуностимулирующими средствами, использование медицинских масок.

Следует помнить, что при первых признаках нездоровья не стоит заниматься самолечением, выходить на работу. Необходимо уже в первые часы заболевания вызывать врача, чтобы не допустить серьезные осложнения внебольничной пневмонии. Берегите свое здоровье!