

## از آنفلوآنزا تا عفونت ریه

ذات‌الریه یا عفونت ریه برخلاف اسمش، شرایط ابتلای سخت و پیچیده‌ای ندارد، بلکه براحتی و پس از یک آنفلوآنزای ساده ممکن است هر یک از ما را مبتلا کند.



ذات‌الریه یا عفونت ریه برخلاف اسمش، شرایط ابتلای سخت و پیچیده‌ای ندارد، بلکه براحتی و پس از یک آنفلوآنزای ساده ممکن است هر یک از ما را مبتلا کند.

**جام جم سرا:** در واقع، پنومونی یا عفونت ریوی، بیماری شایعی است که هر ساله یک درصد افراد بالغ را گرفتار می‌کند و ممکن است تحت شرایط خاصی از جمله وجود بیماری‌های زمینه‌ای تضعیف‌کننده سیستم ایمنی، اعتیاد به مصرف سیگار، نگهداری از حیوانات خانگی یا حتی طی یک سفر تفریحی با عوارض شدیدی نیز همراه شود.

امروز، روز جهانی پنومونی یا عفونت ریه است که به این بهانه دکتر ساسان توانا، فوق‌تخصص بیماری‌های ریه در گفت‌وگو با جام‌جم با اشاره به این که عامل عفونت ریه ممکن است ویروسی، باکتریایی یا قارچی باشد، می‌گوید: هر عاملی که سیستم دفاعی را ضعیف کند یا سطح هوشیاری فرد را کاهش دهد مانند سگته مغزی، تشنج، مصرف الکل و داروهای مخدر، زمینه را برای ورود عامل ایجادکننده عفونت ریه به مجاری تنفسی فراهم می‌کند.

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با تاکید بر این که عفونت ریه ناشی از تجمع ترشحات چرکی در کیسه‌های هوایی و مجاری هوایی انتهایی دستگاه تنفسی است، می‌افزاید: اگر آنتی‌بادی‌ها یا عوامل حفاظتی طبیعی داخل ریه کم باشد یا این که مژک‌های داخل مجاری تنفسی، عملکردشان در حفظ ایمنی ریه در مقابل عوامل میکروبی به دلایلی مختل شود، زمینه مساعد برای ابتلا به عفونت ریه فراهم می‌شود.

### چگونه ریه‌ها عفونی می‌شود؟

معمولا عامل ذات‌الریه بر اثر تنفس عوامل بیماری‌زا وارد بدن می‌شود و در صورت مساعد بودن زمینه، به بیماری منجر می‌شود. البته در موارد نادری نیز ممکن است منبع عفونت ریه در نقطه دیگری از بدن باشد و از طریق جریان خون به عفونت ریه‌ها منجر شود. حتی اگر بر اثر استفراغ، بخشی از محتویات معده وارد ریه‌ها شود ممکن است زمینه التهاب و عفونت ریه فراهم شود.

دکتر توانا از عوامل مهم عفونت ریه به مصرف سیگار اشاره می‌کند و می‌گوید: مصرف هر نخ سیگار برای چند ساعت، فعالیت مژک‌های تنفسی را مختل می‌کند و به این ترتیب سیستم حفاظتی ریه‌ها را در برابر عوامل بیماری‌زا ضعیف می‌کند. از سوی دیگر، تماس با حیوانات بویژه خرگوش و برخی پرندگان مانند طوطی، ریسک ابتلا به ذات‌الریه را افزایش می‌دهد. پلاک‌ها و جرم‌های دندان در کسانی که بهداشت دهان و دندان ضعیفی دارند نیز از عوامل موثر در ابتلا به عفونت ریه است. همچنین کسانی که از سوء تغذیه رنج می‌برند و کودکان زیر شش سال نیز با توجه به این که در معرض خطر وارد کردن اجسام به داخل دهان و مجاری تنفسی هستند در معرض خطر عفونت ریه قرار دارند.

این فوق‌تخصص ریه با اشاره به این که افراد مسن بویژه کسانی که در خانه سالمندان زندگی می‌کنند در معرض خطر عفونت ریه هستند، تاکید می‌کند: اصولا عفونت ریه سالمندان و کودکان را که سیستم ایمنی ضعیف‌تری نسبت به دیگر گروه‌های سنی دارند بیشتر درگیر می‌کند. همچنین خطر ابتلا به عفونت ریه طی مسافرت و اقامت در مکان‌های اقامتی که از بهداشت کافی برخوردار نیست، افزایش می‌یابد.

### علائم پنومونی، ناگهانی بروز می‌کند

معمولا اکثر مبتلایان به عفونت ریه، اولین حمله ناشی از بیماری‌شان را بخوبی به یاد می‌آورند؛ چرا که علائم عفونت باکتریایی به صورت ناگهانی شروع می‌شود.

دکتر توانا با اشاره به این مطلب می‌افزاید: علائم ذات‌الریه بسته به این که عامل عفونت، باکتریایی، ویروسی یا قارچی باشد متفاوت است، اما شایع‌ترین نوع ذات‌الریه، نوع باکتریایی آن است که ممکن است پس از یک آنفلوآنزای ساده بروز کند و با علائمی چون تب و لرز، درد قفسه سینه و سرفه همراه با خلط بروز می‌یابد.

این متخصص تاکید می‌کند: سرفه ابتدا ممکن است خشک باشد، اما بتدریج با خلط چرکی و گاهی مقداری خون همراه می‌شود. در مرحله بعدی بیماری، دردهای قفسه سینه ایجاد می‌شود و تنفس بیمار و تعداد ضربان قلبش بالا می‌رود. بی‌شک تداوم آنفلوآنزا و بهبود نیافتن بیمار در شرایطی که با علائم ذکر شده همراه باشد، احتمال ابتلا به عفونت ریه را بسیار افزایش می‌دهد.

### خود را در برابر آنفلوآنزا ایمن کنید

اما چگونه می‌توان از ابتلا به عفونت ریوی پیشگیری کرد؟

دکتر توانا با تاکید بر این که سیگار نکشیدن از عوامل بسیار موثر در پیشگیری از عفونت ریه است، توضیح می‌دهد: از آنجا که آنفلوآنزا از شایع‌ترین عوامل مستعد کننده عفونت ریه است، پیشگیری از این بیماری با تزریق واکسن بویژه برای کودکان، افراد مسن و کسانی که بیماری‌های زمینه‌ای دارند توصیه می‌شود. البته بهتر است کسانی که بیماری‌های زمینه‌ای چون بیماری‌های مزمن قلبی، کلیوی، کبدی، آسم و دیابت، بویژه مشکلات انسدادی ریه دارند، واکسن ضد عفونت ریه نیز دریافت کنند. این واکسن در کشور ما وجود دارد، ولی جزو برنامه واکسیناسیون کشوری نیست.

این متخصص تاکید می‌کند: رعایت بهداشت دهان و دندان نیز در پیشگیری از ابتلا به عفونت ریه بسیار موثر است. همچنین باید از نگهداری حیوانات در منزل و حضور غیر ضروری در مکان‌های پر ازدحام بویژه در فصول سرد سال نیز خودداری کرد. توجه به نکات بهداشتی در سفر نیز در پیشگیری از ابتلا به ذات‌الریه بسیار اهمیت دارد.

### **از درمان سرپایی تا نیاز به بستری**

به گفته دکتر توانا معمولا درمان ذات‌الریه باکتریایی در جوانانی که از بیماری‌های زمینه‌ای خاصی نیز برخوردار نیستند از طریق دارویی و مصرف آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی یا تزریقی خاصی صورت می‌گیرد. طول مدت درمان نیز از پنج روز تا سه هفته متغیر است.

این متخصص ریه تاکید می‌کند: البته سن بیمار و شرایط فیزیکی وی از جمله این که دچار اختلال هوشیاری، کم‌آبی شدید بدن، کاهش فشار خون یا افزایش تعداد تنفس نباشد در تصمیم برای بستری شدن بیمار در بیمارستان موثر است. همچنین گاهی برخی کودکان مبتلا به ذات‌الریه به دلیل آن که توانایی مصرف داروهای خوراکی را به دلیل تهوع شدید ندارند باید در بیمارستان بستری شوند.

**پونه شیرازی / گروه سلامت**