



За первые дни нового года в Республике Алтай зарегистрировано 8 случаев заболевания внебольничной пневмонией, в том числе у 5 детей.

Внебольничной пневмонией врачи называют острое воспаление легких, которое возникло вне медицинского учреждения (во внебольничных условиях), либо диагностированное в первые двое суток (48 часов) с момента доставки больного в стационар. Наличие опасного недуга выявляется на основании характерных симптомов и рентгенологического исследования органов дыхания.

Инфекция передается воздушно-капельным путем, т.е. при кашле, дыхании, чихании, разговоре, а к возбудителям заболевания относятся пневмококк, респираторные вирусы и такие микроорганизмы, как легионелла, микоплазма, хламидия, клебсиелла, гемофильная палочка и др. Нередко внебольничная пневмония является осложнением после перенесенного гриппа и других вирусных заболеваний. Анализ причин заболеваемости в регионе показывает, что именно позднее обращение за медицинской помощью и самолечение.

Пневмония поражает людей всех возрастов, но особенно опасна она для старшего поколения, людей с иммунодефицитом и детей до 5 лет, так как именно у этих групп людей ослабленный или еще не достаточно окрепший иммунитет. У этих групп населения чаще всего развиваются опасные для жизни осложнения.

Люди, которые имеют ослабленную иммунную систему из-за пересадки органов или проведения курсов химиотерапии, особенно подвержены заражению пневмонией. Люди с вредными привычками, такими как курение или употребление алкоголя, также склонны к заражению пневмонией. Беременные женщины также подвержены риску развития опасной для жизни пневмонии.

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, рвотой.

В 2019 году в Республике Алтай зарегистрировано 1107 случаев внебольничных пневмоний. Это чуть меньше, чем в 2018 году, когда заболели 1167 человек.

Пневмонии занимают одно из ведущих мест среди причин смерти от инфекционных заболеваний. 36 случаев внебольничной пневмонии в прошедшем году закончились летальным исходом (2018 – 33).

### ***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 ОРВИ, гриппа 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 имеются противопоказания, то сильными иммуностимуляторами являются доступные каждому природные средства – пчелиный мед и чеснок.

*Следует помнить, что при первых признаках ОРВИ, гриппа, внебольничной пневмонии не стоит выходить на работу, учебу, детский сад, необходимо обращаться за медицинской помощью, не заниматься самолечением, потому что такое легкомысленное поведение может стать не только причиной заражения коллег, одноклассников, одноклассников, но и вызвать серьезные осложнения.*