



12 листопада – Світовий день боротьби з пневмонією.

Пневмонія є однією з найбільш піддатливих до профілактики хвороб. Однак за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, кожні 20 секунд від цієї інфекції помирає одна дитина у світі. Тому в день боротьби з пневмонією нагадуємо про серйозність цього захворювання та пропонуємо прості кроки, які може зробити кожен із нас, щоб не допустити розвиток пневмонії у своєї дитини чи у себе.

ЩО ТАКЕ ПНЕВМОНІЯ

Пневмонія – це гостре інфекційне запалення легень, яке локалізується перш за все у повітряних міхурцях, що мають назву альвеоли. У здорової людини альвеоли наповнені повітрям і нормально функціонують під час дихання. А у хворого на пневмонію у альвеолах накопичуються слиз та рідина, які викликають біль при диханні та обмежують надходження кисню. Збудниками пневмонії найчастіше бувають бактерії або віруси, що, як правило, передаються при безпосередньому контакті з інфікованими людьми.

На сьогоднішній день пневмонія вважається найбільш поширеною та серйозною інфекційною причиною високого рівня смертності дітей раннього віку у всьому світі. За даними ВООЗ, пневмонія є причиною смертей близько 16% дітей віком до 5 років у всьому світі.

ПРИЧИНИ ПНЕВМОНІЇ

Найчастіше збудниками інфекційної пневмонії є бактерії, віруси, грибки та деякі найпростіші мікроорганізми.

Так, причиною розвитку бактеріальної пневмонії у дітей найчастіше стають пневмококи (*Streptococcus Pneumoniae*) та гемофільна паличка типу Б (*Haemophilus Influenzae Type B* (Hib)). А найпоширенішою причиною вірусної пневмонії є респіраторно-синцитіальна вірусна інфекція (гостра вірусна хвороба з групи ГРВІ).

Пневмонія, спричинена грибами типу *Pneumocystis Jiroveci* (збудники пневмоцистозу), не є типовою, але найчастіше випадки зараження фіксують у пацієнтів з послабленим імунітетом при ВІЛ/СНІДі, особливо у дітей. Так, ці мікроорганізми призводять до щонайменше чверті смертей від пневмонії серед ВІЛ-інфікованих дітей.

Існують різні шляхи розповсюдження збудників пневмонії. Віруси і бактерії, які зазвичай локалізуються у носі або горлі дитини, можуть потрапити у легені при вдиханні. Крім того, ці збудники поширюються повітряно-крапельним шляхом при кашлі або чханні.

Інфекційною пневмонією можна заразитися і через кров, особливо це стосується

немовлят під час пологів або одразу після народження.

СИМПТОМИ ПНЕВМОНІЇ

Більшість симптомів вірусної та бактеріальної форм пневмонії схожі в цілому, однак у хворого на вірусну пневмонію може проявлятися більша кількість різноманітних ознак.

Найчастіше проявляються такі симптоми пневмонії:

- кашель,
- утруднене дихання,
- висока температура тіла (39°),
- прискорене дихання,
- втягнення грудної клітки, коли при вдиханні повітря западає нижня частина грудної клітки (у здорової людини грудна клітка розширюється при вдиханні),
- свистячі хрипи під час дихання (частіше при вірусних інфекціях).

Не завжди при пневмонії наявні абсолютно усі із зазначених симптомів.

Іноді при пневмонії грудним дітям важко ковтати їжу або пити, у них може знижуватись температура тіла, з'являться судоми, інколи діти можуть навіть знепритомніти.

ПНЕВМОНІЯ У ДІТЕЙ: ХТО В ГРУПІ РИЗИКУ

Найчастіше захисні сили організму переборюють інфекцію, і пневмонія не розвивається. Але це стосується здорових дітей. А от діти із певними порушеннями та ослабленою імунною системою належать до групи високого ризику розвитку пневмонії та її ускладнень. Це особливо стосується дітей грудного віку, що не отримують молока матері, оскільки ослаблення імунної системи дитини найчастіше пов'язане із недостатнім або незбалансованим харчуванням.

Крім цього, до групи ризику належать діти, які інфіковані ВІЛ або хворіли на кір.

За даними ВООЗ, ризик дитини захворіти на пневмонію також підвищується під впливом таких екологічних чинників:

- забруднення повітря всередині приміщень в результаті приготування їжі та використання біопалива для опалення;
- проживання в перенаселених будинках;
- паління батьків.

ЛІКУВАННЯ ПНЕВМОНІЇ

Лікувати пневмонію самостійно вкрай небезпечно. Якщо у вас з'явилися симптоми, зверніться до лікаря. Лише фахівець може підтвердити або спростувати ваші побоювання, поставити діагноз і призначити відповідне лікування.

ПРОФІЛАКТИКА ПНЕВМОНІЇ

Профілактика пневмонії у дітей є одним із основних елементів стратегії зниження рівня дитячої смертності у всьому світі, наголошує ВООЗ. [Планова вакцинація](#) визнана найбільш ефективним методом профілактики пневмонії. В Україні за кошти Державного бюджету закупаються якісні та ефективні вакцини від Hib-інфекції (гемофільної палички типу Б), кору (у складі комбінованої вакцини КПК від кору, паротиту, краснухи) та кашлюку (у складі комбінованої вакцини АКДП від дифтерії, правця, кашлюку). Діти отримують щеплення проти цих хвороб безоплатно.

Профілактика пневмонії у дітей та дорослих також передбачає зміцнення імунітету. Передусім подбайте, щоб харчування було збалансованим та достатнім. Особливо важливо це для новонароджених: грудне вигодовування протягом перших 6 місяців життя укріпить імунітет малюка.

Дбайте про чистоту в домі, провітрюйте приміщення і киньте курити чи хоча б не куріть в приміщенні і коли поруч діти.