



Πνευμονία

► Τι είναι η πνευμονία;

Η πνευμονία προκαλείται από λοίμωξη στους πνεύμονες. Η λοίμωξη πλήττει τους αεροφόρους σάκους στο εσωτερικό των πνευμόνων και όχι τους αεραγωγούς που μεταφέρουν τον αέρα από και προς τους πνεύμονες. Τα προσβεβλημένα τμήματα του πνεύμονα γεμίζουν με υγρό, το οποίο περιέχει λευκά αιμοσφαίρια που καταπολεμούν τη λοίμωξη.

► Τι προκαλεί την πνευμονία; Από που προέρχεται;

Η πνευμονία προκαλείται από μικρόβια (μικροσκοπικούς οργανισμούς που μπορούν να προκαλέσουν ασθένειες). Οι ιοί, τα βακτηρίδια και οι μύκητες είναι είδη μικροβίων που μπορούν να προκαλέσουν πνευμονία. Συνήθως, τα υγιή άτομα δεν έχουν αυτά τα μικρόβια στον πνευμονικό ιστό τους.

Ορισμένες φορές, τα μικρόβια φτάνουν στους πνεύμονες μέσω του αίματος που κυκλοφορεί στον οργανισμό μας, αλλά πιο συχνά προσεγγίζουν τον πνευμονικό ιστό μέσα σε σταγονίδια νερού που βρίσκονται στον αέρα που εισπνέουμε. Συνήθως, τα μικρόβια αυτά προέρχονται από άλλα άτομα, που τα μεταδίδουν όταν βήχουν και φταρνίζονται, εξωθώντας έτσι τα σταγονίδια νερού που περιέχουν τα μικρόβια.

Μερικές φορές, τα μικρόβια προέρχονται από πιο ασυνήθιστα μέρη. Η νόσος των λεγεωναριών αποτελεί μια μορφή πνευμονίας η οποία προκαλείται από τα μικρόβια που αναπτύσσονται μέσα σε πολύ ζεστό νερό. Τα μικρόβια που προκαλούν ψιττάκωση μεταδίδονται συνήθως από πτηνά, και ειδικά παπαγάλους. Το βακτήριο MRSA (χρυσίζων σταφυλόκοκκος ανθεκτικός στη μεθικιλίνη) εντοπίζεται συχνά σε νοσοκομεία και προκαλεί πνευμονία σε άτομα που νοσηλεύονται για άλλους λόγους.

► Ποιος προσβάλλεται από πνευμονία;

Οποιοσδήποτε μπορεί να προσβληθεί από πνευμονία, ακόμα και άτομα υγιή και με καλή φυσική κατάσταση. Ωστόσο, είναι πιο πιθανό τα μικρόβια να προσβάλλουν άτομα με χαμηλή ανοσία και αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα. Η άμυνα των πνευμόνων είναι ασθενέστερη στα πολύ νεαρά και τα πολύ ηλικιωμένα άτομα, κι έτσι η πνευμονία πλήττει συνήθως μικρές και προχωρημένες ηλικίες.

Μερικοί άλλοι παράγοντες που μπορούν να μειώσουν την άμυνα αυτή είναι ο καπνός του τσιγάρου, οι ιογενείς λοιμώξεις που προσβάλλουν τους αναπνευστικούς αεραγωγούς (πχ το κοινό κρυολόγημα) και άλλες ιογενείς λοιμώξεις (όπως ο ιός HIV). Ορισμένα φάρμακα, όπως εκείνα που χορηγούνται για τη θεραπεία του καρκίνου, επίσης εξασθενούν την άμυνα του ανοσοποιητικού συστήματος, ενώ μια σοβαρή ασθένεια ή μια χειρουργική επέμβαση καθιστά τα άτομα πιο ευάλωτα. Έτσι εξηγείται γιατί ορισμένοι ασθενείς παρουσιάζουν πνευμονία ενώ νοσηλεύονται ήδη για άλλους λόγους.

► Θα το καταλάβω αν είχα πνευμονία;

Αν είχατε πνευμονία θα ξέρατε σίγουρα ότι είστε άρρωστος, αλλά ίσως να αγνοούσατε ότι έχετε πνευμονία, καθώς τα συμπτώματα συγχέονται με αυτά άλλων ασθενειών.

Τα κοινά συμπτώματα περιλαμβάνουν:

- βήχα, μερικές φορές με φλέγμα που έχει κίτρινο ή πράσινο χρώμα ή περιέχει αίμα
- δύσπνοια
- πόνο στο στήθος, που μπορεί να χειροτερεύει όταν εισπνέετε
- πυρετό
- κρίσεις ρίγους
- απώλεια όρεξης
- αδυναμία

► Πώς θα καταλάβει ο γιατρός ότι έχω πνευμονία;

Εκτός του ότι θα σας ρωτήσει για τα συμπτώματά σας, ο γιατρός ίσως ακούσει ειδικούς ήχους όταν ακροαστεί το προσβεβλημένο τμήμα του πνεύμονα με το σθηθοσκόπιο. Ωστόσο, η διάγνωση δεν γίνεται εύκολα και συχνά επιβεβαιώνεται μόνο με ακτινογραφία θώρακα που δείχνει ότι υπάρχει υγρό (πύκνωση) σε κάποιο σημείο των πνευμόνων.

► Πώς θεραπεύεται η πνευμονία;

Τα αντιβιοτικά είναι η κύρια θεραπεία για την πνευμονία. Οι περισσότεροι ασθενείς θα αναρρώσουν στο σπίτι τους, αλλά τα άτομα σε πιο σοβαρή κατάσταση θα χρειαστεί να νοσηλευτούν και μπορεί να τους χορηγηθεί οξυγόνο και υγρά με ορό. Παρά το γεγονός ότι οι περισσότεροι αναρρώνουν, εάν η πνευμονία είναι πολύ σοβαρής μορφής, υπάρχει ενδεχόμενο θανάτου, ακόμα και με την καλύτερη θεραπεία.

► Τι πρέπει να κάνω αν εγώ ή κάποιος δικός μου προσβληθεί από πνευμονία;

- Αν ο γιατρός σας έχει συνταγογραφήσει φάρμακα, φροντίστε να τα παίρνετε τις σωστές ώρες και να ολοκληρώνετε τις αγωγές των αντιβιοτικών.
- Αν με τη θεραπεία δεν βελτιώνεται η κατάστασή σας, και ειδικά εάν η θερμοκρασία σας δεν πέφτει σε φυσιολογικά επίπεδα ή εάν έχετε ακόμα δύσπνοια, επικοινωνήστε πάλι με τον ιατρό.
- Ίσως να νιώσετε καλύτερα σε ένα δωμάτιο με υγραντήρα, ο οποίος αυξάνει την υγρασία του αέρα και ανακουφίζει τους ερεθισμένους πνεύμονες.
- Φροντίστε να καταναλώνετε πολλά υγρά, ειδικά εφόσον έχετε πυρετό.
- Τέλος, φροντίστε να ξεκουραστείτε.

► Πόσο γρήγορα θα αναρρώσω;

Τα περισσότερα συμπτώματα, όπως ο πόνος στο στήθος και ο πυρετός, υποχωρούν σε λίγες ημέρες. Ο βήχας συνήθως περνάει σε 2 ή 3 εβδομάδες, αλλά η κόπωση και η αδυναμία μπορεί να χρειαστούν έως και 6 μήνες για να υποχωρήσουν εντελώς.

Αν τα συμπτώματά σας δεν υποχωρούν όπως αναμένεται, ή αν η ασθένειά σας φαίνεται να επανέρχεται, ο γιατρός σας θα χρειαστεί να αναζητήσει τυχόν άλλα αίτια, για τα οποία ίσως διατρέχετε μεγαλύτερο κίνδυνο από πνευμονία.

► Μπορώ να κάνω κάτι προληπτικά για την πνευμονία;

Τα μικρόβια που συνήθως προκαλούν πνευμονία είναι πολύ κοινά και δύσκολα αποφεύγονται. Ωστόσο, είναι καλό να αποφεύγετε ενέργειες που βλάπτουν τις άμυνες των πνευμόνων σας (όπως το κάπνισμα). Τα εμβόλια προλαμβάνουν ορισμένες μορφές πνευμονίας και οι πιο πολλές χώρες συνιστούν τη χρήση τους στα άτομα που κινδυνεύουν περισσότερο (στους ηλικιωμένους). Οι τύποι εμβολίου που συνιστώνται κυρίως είναι αυτοί της γρίπης και του πνευμονιόκοκκου.

- Για περισσότερες πληροφορίες και συνδέσμους επισκεφτείτε το www.european-lung-foundation.org

