



المبادئ الإرشادية السريرية لحوكمة قطر  
NATIONAL CLINICAL GUIDELINES FOR QATAR

# معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية

ماذا يجب أن تعرف إن كنت تعاني من الالتهاب  
الرئوي؟

تاريخ النشر: ٢٨ يوليو ٢٠١٩

تاريخ المراجعة النهائية: ٢٨ يوليو ٢٠٢١

## ➤ ما هو الالتهاب الرئوي؟

الالتهاب الرئوي هو التهاب/تهيج في أنسجة الرئة، وينتج عادةً عن الإصابة بعدوى. قد تكون الحالة حرجة للغاية مما يتطلب رعاية طبية وأحياناً دخول المستشفى.

يحتمل أن يكون الالتهاب الرئوي عدوى رئوية مميتة لذلك يجب عدم الاستهانة به.

أثناء التنفس الطبيعي، ينتقل الهواء عبر الرئتين إلى أكياس هوائية صغيرة تسمى الحويصلات الهوائية. يحدث الالتهاب الرئوي عندما تمتلئ هذه الحويصلات الهوائية بالمخاط الذي يعوق تدفق مرور الهواء الطبيعي.

قد يصيب الالتهاب الرئوي أي فئة عمرية، لكن الأشخاص المعرضين لخطر أكبر هم الرضع، الأطفال الصغار السن، كبار السن، الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً، المدخنون والأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة مثل السكري، السرطان أو الذين يعانون من نقص المناعة. من المهم أن نتذكر أنه بغض النظر عن صحتك ونشاطك، فإن خطر الإصابة بالتهاب رئوي يزداد مع تقدم السن. وذلك لأن جهاز المناعة يضعف بشكل طبيعي مع تقدم السن، مما يصعب على أجسامنا محاربة العدوى والأمراض.

تعتمد أعراض الالتهاب الرئوي على عمر الشخص وسبب العدوى وشدها. أعراض الالتهاب الرئوي تشمل:

- صعوبة أو سرعة في التنفس.
- السعال.
- حمى وتعرق وقشعريرة.
- ألم في الصدر.
- الارتباك وعدم التوازن، خاصة عند كبار السن.
- الشعور بالتعب أو الإعياء.
- آلام في العضلات.

العلاج الرئيسي للالتهاب الرئوي هو المضادات الحيوية. في الحالات البسيطة، يمكن وصف المضادات الحيوية عن طريق الفم، أما في الحالات الأكثر شدة، قد يحتاج الأمر إلى وصف الحقن لفترة محددة وبعد ذلك مضادات على شكل أقراص.

## ➤ ما الذي يسبب الالتهاب الرئوي؟

هناك أنواع كثيرة من الميكروبات المعدية يمكن أن تسبب الالتهاب الرئوي، وتشمل هذه البكتيريا والفيروسات والفطريات. تحتاج هذه الكائنات إلى تجاوز نظام المناعة في جسمك ودخول رئتيك لتسبب الالتهاب الرئوي. قد يحدث هذا إذا كان الميكروب قوياً بشكل خاص أو كان نظامك المناعي ضعيفاً.

السبب الأكثر شيوعاً للالتهاب الرئوي هو نوع من البكتيريا تسمى *Streptococcus pneumoniae*. هذه البكتيريا هي المسؤولة عن حوالي 1.6 مليون حالة وفاة كل عام، في جميع أنحاء العالم. قد يحدث الالتهاب الرئوي أيضاً بسبب فيروسات، مثل فيروس الإنفلونزا والفيروس التنفسي المخلوي (RSV).

يمكن أن يحدث الالتهاب الرئوي أيضاً بسبب الفطريات، خاصة لدى الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة.

يمكن أن ينتشر الالتهاب الرئوي من خلال استنشاق الرذاذ الذي يحتوي على ميكروبات من الهواء الناتج عن سعال أو عطاس شخص مصاب. كما من الممكن أن تحفره نزلة برد أو نوبة من الانفلونزا، والتي تسمح للميكروبات بالنمو في الأكياس الهوائية في الرئتين.

## ➤ متى يجب أن أراجع الطبيب؟

من المهم أن تقوم بمراجعة الطبيب على الفور:

- إذا كان لديك صعوبة في التنفس، ألم في الصدر، حمى مستمرة، سعال سواء كان السعال جافاً أو ينتج عنه بلغم أخضر أو أصفر أو بلون الصدا (بنّي) أو فيه دم.

- إذا بدأت تتحسن من الإصابة بنزلة برد أو أنفلونزا، ثم عادت حالتك تزداد سوءاً، فقد يكون الالتهاب الرئوي هو السبب.

- قد يعتبر الالتهاب الرئوي مهدداً للحياة، خاصة عند الرضع والأطفال الصغار وكبار السن، لذلك من المهم لهؤلاء الأشخاص الذهاب إلى الطبيب على الفور في حالة الاشتباه بالتهاب رئوي.

## ➤ كيف يتم تشخيص الالتهاب الرئوي؟

لتشخيص الالتهاب الرئوي، سيقوم طبيبك بسؤالك عن سيرتك الطبية والكشف الطبي (يقوم بفحصك). إذا كانت الأعراض والعلامات تشير إلى إصابتك بالتهاب رئوي، فقد يطلب طبيبك عمل بعض الفحوصات مثل صورة للصدر بالأشعة السينية وفحوصات الدم والبلغم للتأكد من التشخيص.



## ➤ ماذا سيفعل طبيبك؟

قد يقرر الطبيب أنك بحاجة إلى دخول المستشفى وذلك يعتمد على الأعراض الظاهرة لديك وعمرك ونتيجة الفحوصات.

إذا لم يكن الالتهاب الرئوي شديداً، فقد يتم إعطاؤك بعض المضادات الحيوية عن طريق الفم لتناولها في المنزل وتعليمات لمراجعة طبيبك على الفور إذا أصبحت الأعراض أسوأ فجأة رغم العلاج.

إذا كانت الأعراض لديك شديدة، قد يتم إدخالك إلى المستشفى لتلقي العلاج. في هذه الحالة، عادة ما يتم علاجك بالمضادات الحيوية عن طريق الحقن حتى يتم السيطرة على العدوى.

حالما تستقر حالتك، سينتقل الأطباء إلى وصف مضادات حيوية عن طريق الفم وستخرج من المستشفى إلى المنزل.



## ➤ كيف يتم علاج الالتهاب الرئوي؟

العلاج الرئيسي للالتهاب الرئوي هو المضادات الحيوية ولمدة يحددها الطبيب. يمكن أن تعطى على شكل أقراص أو سائل أو حقن. سيصف طبيبك مضاداً حيوياً يعمل ضد نوع البكتيريا التي من المحتمل أن تكون سبباً في الالتهاب الرئوي الذي تعاني منه.

عادة ما تستخدم مجموعة من المضادات الحيوية تسمى البنسلين لعلاج الالتهاب الرئوي مثل أموكسيسيلين فهو من الأمثلة على البنسلين.

إذا كان عند حساسية من البنسلين، فمن المهم أن تخبر طبيبك حتى يصف لك مضادات حيوية أخرى (بدلة). المضادات الحيوية البديلة تشمل الكلاريثروميسين والأريثروميسين.

تحتاج عادة إلى تناول المضادات الحيوية لمدة تتراوح بين 5 إلى 10 أيام. إذا لم تشعر بالتحسن خلال 3 أيام من بدء العلاج أو ازدادت الأعراض سوءاً، يجب أن تخبر طبيبك فعندها قد يطلب منك طبيبك تناول المضادات الحيوية لمدة أطول من المدة التي تم الاتفاق عليها وصفها في البداية، أو زيادة الجرعة، أو وقد يصف لك مضاداً حيوياً مختلفاً.

نصيحة: إذا كنت مصاباً بالتهاب رئوي، فمن المهم أن:

- امتنع عن التدخين.
- أكثر من شرب السوائل.
- خذ قسطاً من الراحة.
- تناول أدويةك حسب تعليمات الطبيب.



## ➤ منع انتشار العدوى

إذا كنت تعاني من الالتهاب الرئوي، يمكنك منع انتشاره عن طريق القيام بما يلي:

- امتنع عن التدخين. لن يساعدك ذلك على التحسن فحسب، بل سيقبل أيضاً من احتمال انتقال العدوى للأشخاص المحيطين بك.

- اغسل يديك بانتظام بالماء والصابون.

- قم بتغطية فمك وأنفك عند السعال أو العطس.

- تأكد من أنك وأفراد عائلتك حصلتم على كل التطعيمات اللازمة وراجع طبيبك لمعرفة ما إذا كان يجب الحصول على تطعيم ضد الأنفلونزا كل عام.



## ➤ الأعراض التي يجب ملاحظتها؟

إذا عانيت أنت أو طفلك من أي من الأعراض التالية أطلب الإسعاف أو اذهب على الفور إلى قسم الطوارئ أو مركز طوارئ الأطفال:

- صغير شديد.
- صعوبة في التنفس.
- ازدياد/اشتداد السعال.
- تغيير في لون الشفاه إلى اللون الأزرق.
- ألم في الصدر أثناء التنفس.
- الارتباك.
- الاحساس بالضعف الشديد أو التعب.
- اشتداد الحمى.

تأكد دائماً من أن تخبر طبيبك عن كل الأدوية التي تأخذها وإذا كنت تعاني من أي حساسية.

لا يُنصح بدواء السعال للأشخاص الذين يعانون من الالتهاب الرئوي لأن السعال يساعد على إزالة البلغم من الشعب الهوائية وإزالة العدوى.

## ➤ معلومات إضافية

يمكن الحصول على معلومات إضافية حول كيفية علاج مرض الالتهاب الرئوي المكتسب من المجتمع. في المبدأ الإرشادي السريري الوطني: تشخيص وعلاج الالتهاب الرئوي المكتسب من المجتمع الذي نشرته وزارة الصحة العامة القطرية.

هذا المبدأ الإرشادي متاح لعامة الناس من خلال الرابط التالي لموقع وزارة الصحة العامة:

[www.moph.gov.qa](http://www.moph.gov.qa)