***ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ***

 ***ВНЕБОЛЬНИЧНОЙ ПНЕВМОНИИ***

 ***Внебольничная пневмония*** — воспалительное заболевание легких, которое возникает вне условий стационара (больницы) или выявляется в первые двое суток после госпитализации. Эта разновидность пневмонии также называется домашней или амбулаторной.

***Причины возникновения внебольничной пневмонии***

 Примерно в половине случаев внебольничную пневмонию вызывает Streptococcus pneumoniae (пневмококк). Другими наиболее распространенными возбудителями этого заболевания являются микроорганизмы, которые относятся к атипичным (например, микоплазма и легионелла). Реже амбулаторная пневмония вызывается гемофильной палочкой.

 ***Пневмония передается воздушно - капельным путем***, при вдыхании микробов от больного человека. Риск заражения данным заболеванием очень высок после недавно перенесенных вирусных заболеваний, таких как грипп или простуда.

***Симптомы пневмонии***

В типичных случаях острая пневмония проявляется следующими жалобами:

• повышение температуры тела, озноб;

• кашель (сухой, либо влажный с отделением мокроты);

• одышка – ощущение затруднения при дыхании;

• боли в грудной клетке при дыхании;

• увеличение в крови показателя лейкоцитов

***Профилактика внебольничной пневмонии***

* Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.
* Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Если у вас нет салфетки, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не руками.
* Оставайтесь дома, если вы или ваш ребенок переболели, в течение, по крайней мере, 24 часов после того, как температура спала или исчезли её симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.
* Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа, как только поступит соответствующая вакцина.
* При первых признаках респираторного заболевания необходимо обратиться к врачу.

***Будьте здоровы!***