

# Пневмония

## Pneumonia

When you have pneumonia, the air sacs in the lungs fill with infection or mucus. Pneumonia is caused by a bacteria, virus or chemical. It is not often passed from one person to another.

### Signs of Pneumonia

- Breathing faster than normal or having trouble breathing
- Pain in the chest when breathing or coughing
- A cough with mucus that may be yellow, green, or rust colored
- Fever greater than 101 degrees Fahrenheit or 38 degrees Celsius
- Shaking or chills
- Sweating
- Headache
- Loss of appetite
- Feeling very tired
- Feel suddenly worse after a cold or the flu

### Your Care

Your doctor will listen to your lungs. You may have a chest x-ray and a sample of your mucus checked for bacteria or virus germs called a sputum culture.

- You may get antibiotics as pills or in an IV (intravenous). Take the pills as directed. Take all of the medicine until it is gone even if you feel better.

При пневмонии воздушные мешочки легких заполняются инфицированной жидкостью или гноем. Пневмонию вызывают бактерии, вирусы или химические вещества. Пневмония редко передается воздушно-капельным путем.

### Симптомы пневмонии

- Учащенное или затрудненное дыхание
- Боль в груди при дыхании или кашле
- Кашель с мокротой желтого, зеленого или бурого цвета
- Температура выше 101° F или 38° C
- Дрожь или озноб
- Повышенное потоотделение
- Головная боль
- Отсутствие аппетита
- Сильная усталость
- Внезапное ухудшение самочувствия после простуды или гриппа

### Лечение

Врач прослушает ваши легкие. Вам могут провести рентгенографию легких и бактериологическое исследование мокроты.

- Вам могут назначить антибиотики в виде таблеток или внутривенных вливаний. Принимайте таблетки согласно указаниям врача. Принимайте все лекарства до тех пор, пока они не закончатся, даже если ваше самочувствие улучшилось.

- You may be given medicine to ease chest pain or coughing. Take the medicine as directed.
- Oxygen may be given as a part of your care.
- You are asked to cough and deep breathe every 2 hours while awake to remove mucus.
- Spit any mucus you cough up into a tissue and throw it away. Do not swallow it. Wash your hands with soap and water to get rid of germs.
- Rest often.
- Drink 8 or more glasses of liquids each day.
- Eat a healthy diet.
- Do not smoke.
- Follow-up with your doctor within 7 days, **even if you are feeling better.**

To limit your risk of pneumonia, get a flu shot every fall. You can get pneumonia from the flu. Talk to your doctor about getting a pneumonia vaccine in addition to your flu vaccine.

## Protect Others from Infection

To protect others:

- Stay away from people as much as possible to prevent the spread of pneumonia.
- Wash your hands often with soap and water or use an alcohol based hand sanitizer.

- Вам могут назначить лекарство от кашля или боли в груди. Принимайте лекарство согласно указаниям врача.
- Также вам могут назначить лечение кислородом.
- Чтобы улучшить отхождение мокроты, во время бодрствования необходимо хорошо прокашляться и глубоко дышать каждые 2 часа.
- Сплевывайте всю отделившуюся мокроту в салфетку и выбрасывайте ее. Не проглатывайте мокроту. Для борьбы с микробами мойте руки водой с мылом.
- Часто отдыхайте.
- Ежедневно выпивайте не менее 8 стаканов жидкости.
- Принимайте полезную пищу.
- Не курите.
- **Даже если вам стало лучше**, через 7 дней вновь обратитесь к врачу.

Для уменьшения риска пневмонии каждую осень делайте прививку от гриппа. Грипп может привести к пневмонии. Помимо прививки от гриппа, обсудите с врачом необходимость прививки от пневмонии.

## Защитите других от инфекции

Чтобы не заразить других людей:

- Чтобы предотвратить распространение пневмонии, сведите контакты с другими людьми к минимуму.
- Часто мойте руки водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе.

- Avoid touching your eyes, nose or face and then touching other surfaces. This can spread germs. Clean surfaces often to kill germs.
- Wash clothing in very hot water to kill germs.
- Не дотрагивайтесь до глаз, носа или лица, а затем до других поверхностей. Это способствует распространению микробов. Чтобы избавиться от микробов, часто очищайте используемые поверхности.
- Чтобы убить микробов, стирайте одежду в очень горячей воде.

### **Call your doctor right away if you have:**

- More problems with breathing
- A higher fever or your fever lasts more than 1 to 2 days
- Confusion
- An increase in chest pain
- Nausea and vomiting

### **Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

### **Немедленно позвоните врачу, если:**

- Вам стало труднее дышать
- У вас повысилась температура или она не спадает более 1–2 дней
- Вы испытываете дезориентацию
- Боль в груди усилилась
- У вас тошнота и рвота

### **Если у вас есть вопросы или сомнения, обратитесь к своему врачу или медсестре.**