

Viêm phổi

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.

Khi quý vị bị viêm phổi, túi khí trong phổi sẽ bị viêm nhiễm hoặc có dịch nhầy. Viêm phổi do vi khuẩn, vi rút hoặc hóa chất gây ra. Bệnh thường không lây từ người này sang người khác.

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

Dấu hiệu Viêm phổi

- Thở nhanh hơn bình thường hoặc khó thở
- Đau ngực khi thở hoặc ho
- Ho kèm theo đờm có thể có màu vàng, xanh hoặc màu gỉ sét
- Sốt cao hơn 101 độ F hoặc 38 độ C
- Run hoặc lạnh
- Vã mồ hôi
- Đau đầu
- Ăn không ngon
- Cảm thấy rất mệt
- Cảm thấy sức khỏe yếu đột ngột sau khi bị cảm lạnh hay cảm cúm

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.

Cách chăm sóc quý vị

Bác sĩ sẽ nghe phổi của quý vị. Quý vị có thể phải chụp x quang ngực và lấy mẫu dịch nhầy để kiểm tra xem có chứa mầm bệnh vi khuẩn hay vi rút, còn gọi là xét nghiệm cấy đờm.

- Quý vị có thể uống kháng sinh hoặc tiêm tĩnh mạch (IV-intravenous). Uống thuốc theo chỉ dẫn. Uống toàn bộ thuốc cho đến hết kể cả khi quý vị thấy đỡ.

- 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.
- 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.

- Quý vị có thể được cho thuốc giảm đau ngực hoặc ho. Uống thuốc theo chỉ dẫn.
- Quý vị có thể được cho thở ô xy trong quá trình chăm sóc.
- Quý vị cần ho và thở sâu sau mỗi 2 giờ khi đang thức để loại bỏ dịch nhầy.
- Khi ho, quý vị nên khạc dịch nhầy vào một khăn giấy và vứt bỏ khăn giấy đó đi. Không được nuốt dịch nhầy. Rửa tay bằng xà phòng và nước để diệt mầm bệnh.
- Nên nghỉ ngơi thường xuyên.
- Uống tối thiểu 8 ly chất lỏng mỗi ngày.
- Dùng khẩu phần ăn lành mạnh.
- Không được hút thuốc.
- Gặp bác sĩ để khám lại trong vòng 7 ngày, **kể cả khi quý vị thấy đỡ.**

Để hạn chế nguy cơ bị viêm phổi, tiêm phòng cúm vào mỗi mùa thu. Quý vị có thể bị viêm phổi sau khi bị cảm cúm. Trao đổi với bác sĩ để tiêm vắc xin ngừa viêm phổi ngoài vắc xin ngừa cảm cúm.

Bảo vệ tránh lây cho người khác

Để bảo vệ người khác:

- Cách ly với người khác nhiều nhất có thể nhằm tránh làm lây lan viêm phổi.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước hoặc dùng dung dịch rửa tay gốc cồn.
- Tránh chạm tay vào mắt, mũi hay mặt rồi sau đó chạm vào các bề mặt khác. Làm vậy có thể khiến mầm bệnh lây lan. Vệ sinh bề mặt thường xuyên để diệt mầm bệnh.
- Giặt quần áo bằng nước thật nóng để diệt mầm bệnh.

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.

Gọi điện cho bác sĩ ngay lập tức nếu quý vị:

- Thấy khó thở hơn
- Sốt cao hơn hoặc sốt kéo dài hơn 1 đến 2 ngày
- Thấy bồn chồn
- Ngực đau hơn
- Buồn nôn và nôn

Trao đổi với bác sĩ hay y tá nếu quý vị có câu hỏi hay lo ngại gì.