Всемирный день борьбы с пневмонией отмечается ежегодно 12 ноября. Этот день учрежден по инициативе Глобальной коалиции против детской пневмонии (объединение международных правительственных, неправительственных и местных организаций, научно-исследовательских и учебных институтов, фондов и граждан-активистов).

Цель – привлечь внимание к проблеме пневмонии и рассказать об этом заболевании и его профилактике как можно большему числу граждан. В этот день обычно организуются профилактические мероприятия, проводятся медицинские осмотры в учреждениях здравоохранения. Волонтеры информируют население о пневмонии и ее осложнениях, раздают информационные листовки и буклеты.

Мировая статистика неутешительна: каждые 15 секунд от пневмонии умирает один ребенок. В месяц это составляет 5,5 тысяч, а в год – около двух миллионов жизней. 98% смертей относятся к статистике развивающихся стран.

В России, по данным Федеральной службы государственной статистики, в структуре младенческой смертности заболевания органов дыхания стоят на третьем месте и из них 74,3% составляют пневмонии. О том, как протекает это заболевание, какими симптомами сопровождается и как лечится, мы побеседовали с врачом-пульмонологом Тосненской поликлиники Лидией Скалауховой.

**– Лидия Васильевна, спасибо, что же такое пневмония?**

**–**Пневмония – это острое заболевание дыхательных путей, которое сопровождается кашлем с мокротой (или без нее), одышкой, часто болью в грудной клетке, повышением температуры тела, ознобом. Обязательным условием является наличие экссудата в альвеолах, а также затемнения при рентгенологическом исследовании в том или ином отделе легких. Пневмонию могут вызывать бактерии (в 80% случаев это пневмококк), а также вирусы и простейшие микроорганизмы.

**- В нынешнем году тосненским здравоохранением развернута крупная противогриппозная кампания. Как подобные меры повлияют на распространение пневмонии?**

– В поликлинике ежегодно проводятся кампании по профилактике гриппа и пневмонии. Осенью мы начинаем вакцинацию против гриппа, так как тяжелое течение этой инфекции особенно у пожилых и ослабленных людей, имеющих сопутствующие заболевания, нередко осложняется пневмонией.

Наша задача – уменьшить количество заболевших, так как у привитых вирус блокируется и теряет способность к размножению. Эти люди становятся неопасными для окружающих. Они могут болеть, но болеют, как правило, легко.

Ввиду того что виновником пневмонии в 80% случаев является пневмококк, у нас есть пневмококковая вакцина, которая вводится по определенной схеме. Ее, кстати, можно сделать одновременно с гриппозной.

**– Лидия Васильевна, а в каких случаях следует непременно обратиться к врачу?**

**–**Если вы находите у себя симптомы, описанные мной ранее, то надо обращаться к врачу.  Я имею в виду кашель, боль в грудной клетке, озноб и т.д.

**– Один из важных аспектов лечения пневмонии – своевременная и правильная диагностика. Как в наши дни обстоит ситуация с диагностикой этого заболевания?**

– Диагностика пневмонии включает в себя выявление жалоб, осмотр пациента, «выслушивание» легких, обязательно рентгенографию или флюорографию. Проводятся также лабораторные исследования, определяется сатурация или степени насыщения крови кислородом.

**– Какие существуют факторы риска тяжелого течения пневмонии?**

– В группу риска тяжелого течения пневмонии входят люди старше 65 лет, страдающие хроническими заболеваниями легких. Факторами риска являются хроническая обструктивная болезнь легких, сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь), гипертония особенно с проявлениями сердечной недостаточности, отеками, сахарный диабет, хронический алкоголизм, наркомания, СПИД и другие иммунодефицитные состояния при лечении болезней крови, злокачественных новообразований, а также после пересадки органов. Курильщики также болеют тяжелее.

**– А можно ли вылечить пневмонию самостоятельно? Какие здесь возникают риски?**

**–**Я бы не рекомендовала лечить пневмонию самостоятельно. И на это есть  определенные причины.

Существует шкала тяжести пневмонии, по которой мы определяем, будет ли пациент лечиться на дому или необходима госпитализация. Учитывается возраст, сопутствующие заболевания, сатурация крови, одышка. Кроме того существует определенный порядок назначения антибиотика, строгий режим дозирования.

Во время общения с пациентом мы можем предположить, какой возбудитель является виновником в данном случае, и быстрее определимся с препаратом. Кстати, вовсе не значит, что уколы эффективнее таблеток (а это мнение бытует среди населения).

Но главная опасность заключается в том, что при бессистемном самостоятельном назначении антибиотиков развивается устойчивость микроорганизмов к ним, и лекарство, к сожалению, уже не работает.

Часто бывает, что пациенты принимают одно и то же лекарство, но под разными торговыми названиями, а также однотипные по механизму действия препараты, еще более усугубляя ситуацию. Ведь зачастую осложнения от антибиотиков бывают гораздо тяжелее их положительного действия.

**– Лидия Васильевна, достаточно актуальный на сегодняшний день вопрос – как отличить пневмонию от COVID-19? Как в этом случае проводятся диагностика и лечение?**

**–**В настоящее время пересматриваются подходы к лечению пневмоний связанных с коронавирусом. Воспаление связывают с воздействием цитокинов – веществ, вызывающих отек и с внутрисосудистым свертыванием крови, вследствие чего развивается дыхательная недостаточность.

Бактериальная  инфекция идет на втором месте, поэтому в стационаре назначают антикоагулянты – вещества, препятствующие образованию микротромбов, кортикостероидные гормоны, препятствующие воспалению, кислородную терапию, антибиотики, отхаркивающие и другое.

Реабилитация довольно длительная, включает в себя полноценное питание, дыхательную гимнастику, ходьбу. Такой пациент не должен лежать в постели, необходимо движение для восстановления функции легких.

**- Каковы основные способы профилактики пневмонии?**

– Профилактика пневмонии в целом – это здоровый образ жизни, движение, лечение сопутствующих заболеваний, вакцинация, положительный эмоциональный настрой.

В ситуации с коронавирусом  следует избегать большого скопления людей. Ну и обязательно носите маску в магазине и других общественных местах. Без крайней необходимости лучше не выходить из дома и больше гулять на свежем воздухе, например, в парке.