

## Patient information factsheet

# Pozaszpitalne zapalenie płuc (Pneumonia-Polish)

**Pozaszpitalne zapalenie płuc jest jedną z najpowszechniejszych chorób zakaźnych najczęściej wywołaną przez infekcję, zwykle bakteryjną.**

Choroba nabyta poza szpitalem oznacza chorobę nabytą przez osobę, która nie miała znacznego kontaktu ze szpitalem. Określa się ją także jako PZP.

Zapalenie płuc to obrzęk (stan zapalny) tkanki obecnej w jednym lub obu płucach. Chorobę zazwyczaj wywołuje wirus. Na końcach przewodów oddechowych w płucach znajdują się grupy niewielkich pęcherzyków powietrza. Jeśli pacjent cierpi na zapalenie płuc, pęcherzyki te charakteryzują się stanem zapalnym i pęcznią będąc wypełnione płynem.

Określenia takie jak odma opłucnowa, płątowe zapalenie płuc oraz obustronne zapalenie płuc są często stosowane, ale odnoszą się do tego samego stanu chorobowego przejawiającego się identycznymi objawami oraz poddawanemu identycznemu leczeniu.

Bakterie, które powodują infekcję są zazwyczaj wdychane z powietrza. W rzadkich przypadkach, zapalenie płuc może rozwinąć się jako powikłanie innej infekcji w organizmie, kiedy to bakterie przedostają się do płuc poprzez system krwionośny.

Istnieją cztery główne typy zapalenia płuc. Są to:

- bakteryjne zapalenie płuc
- wirusowe zapalenie płuc
- zachłystowe zapalenie płuc
- grzybiczne zapalenie płuc

### Przyczyny

Najczęstszą przyczyną zapalenia płuc jest infekcja pneumokokowa, wywołwana przez bakterię zwaną *Streptococcus pneumoniae* (dwoinka zapalenia płuc). Niemniej jednak, istnieje wiele różnych typów bakterii oraz wirusów, które mogą prowadzić do zapalenia płuc.

### Kogo choruje?

Co roku w Wielkiej Brytanii na zapalenie płuc zapada ok. 1 na 1000 dorosłych osób. Najczęściej ma to miejsce jesienią i zimą.

Zapalenie płuc może wystąpić u osób w każdym wieku, aczkolwiek jest bardziej powszechne i może być groźniejsze wśród osób z takich grup jak:

- niemowlęta, małe dzieci oraz starsze osoby
- palacze
- osoby cierpiące na inne schorzenia, taki jak choroby płuc lub osoby o osłabionej odporności

### Leczenie zapalenia płuc

Niegroźne przypadki zapalenia płuc mogą być zwykle leczone w domu przyjmując antybiotyki, dużo odpoczywając i spożywając sporą ilość płynów. Groźniejsze przypadki mogą wymagać leczenia szpitalnego.

# Ulotka informacyjna dla pacjenta

## Leczenie w domu

Po przyjęciu dawki antybiotyków kaszel może nadal trwać przez kolejne dwa lub trzy tygodnie, a uczucie osłabienia może nie ustępować przez jeszcze dłuższy okres czasu, jako że organizm dalej się regeneruje. Jeśli objawy nie ulegają poprawie w ciągu dwóch dni od rozpoczęcia leczenia, należy poinformować o tym swojego lekarza rodzinnego.

Objawy mogą nie ulec poprawie, ponieważ:

- bakteria powodująca infekcję może być odporna na antybiotyk – lekarz może wtedy przepisać inny antybiotyk, albo rozpocząć leczenie podając drugi antybiotyk przy jednoczesnym przyjmowaniu pierwszego
- być może infekcję wywołuje wirus aniżeli bakteria – antybiotyki nie zwalczają wirusów - wtedy układ odpornościowy będzie musiał zwalczyć infekcję wirusową tworząc przeciwciała

## Samopomoc

W celu zmniejszenia bólu lub zbicia gorączki można przyjmować takie środki przeciwbólowe jak Paracetamol lub Ibuprofen. Niemniej jednak, nie należy spożywać Ibuprofenu, jeśli:

- jest się uczulonym na aspirynę lub inne, niesteroidowe leki przeciwzapalne (NLPZ)
- cierpi się na astmę, chorobę nerek, miało się wrzody żołądka lub niestrawność

Nie zaleca się przyjmowania leków na kaszel, ponieważ nie udowodniono w wystarczającym stopniu, że są one skuteczne. Kaszel pomaga w czyszczeniu śluzu osiadającego w płucach, tak więc próba zaprzestania kaszlu może tylko wydłużyć czas trwania infekcji.

Należy pić sporą ilość płynów w celu uniknięcia odwodnienia, a także należy wiele odpoczywać tak, aby organizm mógł się zregenerować. Jeśli pali się papierosy, tym bardziej ważnym jest zaprzestanie palenia, ponieważ palenie niszczy płuca.

Zapalenie płuc zwykle nie przechodzi z jednej osoby na drugą, tak więc bezpiecznie jest przebywać w otoczeniu innych osób, w tym członków rodziny. Niemniej jednak, rozsądnym jest unikać kontaktu z osobami o osłabionej odporności, do czasu aż Państwa stan zdrowia ulegnie poprawie.

Po ustąpieniu symptomów całkowity powrót do zdrowia może nieco potrwać, a kaszel może nadal trwać przez pewien czas. W razie obaw należy skonsultować się ze swoim lekarzem rodzinnym.

## Profilaktyka

Zachowanie dobrej higieny oraz zdrowy tryb życia mogą pomóc w zapobieganiu zapaleniu płuc. Należy unikać palenia, jako że niszczy ono płuca i zwiększa ryzyko infekcji. Osoby o wyższym ryzyku zapadnięcia na zapalenie płuc powinny przyjąć szczepienie przeciw zapaleniu płuc oraz przeciw grypie.

## Z kim się należy skontaktować w razie obawy

Wszelkie obawy dotyczące symptomów należy skonsultować ze swoim lekarzem rodzinnym lub zadzwonić pod numer 111 w celu uzyskania porady.

## Przydatne linki

NHS Choices [www.nhs.uk/Conditions/Pneumonia/Pages/Introduction.aspx](http://www.nhs.uk/Conditions/Pneumonia/Pages/Introduction.aspx)

# Ulotka informacyjna dla pacjenta

## Wyraż swoją opinię

Będziemy bardzo wdzięczni, gdyby przed opuszczeniem szpitala wypełnili Państwo kartę opinii zwrotnej. Daje to Państwu możliwość wyrażenia swojej opinii odnośnie leczenia otrzymanego w szpitalu. Dzięki opiniom zwrotnym nieustannie poprawiamy usługi oferowane naszym pacjentom.

University Hospital Southampton NHS Foundation Trust  
Tremona Road  
Southampton  
SO16 6YD  
Main switchboard: **023 8077 7222**

Informacje ujęte w niniejszej ulotce zostały zaczerpnięte ze strony NHS Choices [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

**Jeśli wymagają Państwo kopii niniejszego dokumentu w innej wersji językowej lub innym formacie, np. dużą czcionką, w alfabecie Braille'a lub w formie nagrania audio, prosimy zadzwonić pod numer 023 8120 4688 w celu uzyskania pomocy.**

Version 1. Reviewed February 2019. Due for review February 2022. 1353