



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в
Свердловской области»

**Филиал Федерального бюджетного учреждения
здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии
в Свердловской области в городе Первоуральск,
Шалинском, Нижнесергинском районах и городе
Ревда»**

(Первоуральский филиал ФБУЗ «Центр гигиены и
эпидемиологии в Свердловской области»)

Вайнера ул., д. 4, г. Первоуральск, 623102
тел.: (3439) 24-52-15
факс: (343) 24-84-20

E-mail: mail_11@66.rospotrebnadzor.ru
<https://fbuz66.ru/>

ОКПО 77145708, ОГРН 1056603530510
ИНН/КПП 6670081969/668443001

24.06.2025г.

№ 66-20-011-17/15- -2025

Внебольничная пневмония, меры профилактики.

Внебольничная пневмония (ВП)– это острое воспаление легких, которое возникло вне медицинского учреждения (во внебольничных условиях), либо диагностированное в первые двое-трое суток (48 часов – 72 часа) с момента доставки больного в стационар.

Внебольничная пневмония может вызываться различными микроорганизмами, такими как бактерии, вирусы или грибки. Ее симптомы могут варьироваться от легких до тяжелых и включать в себя высокую температуру, кашель, затрудненное дыхание и боль в груди.

Профилактика этого заболевания имеет большое значение, поскольку она может помочь предотвратить его развитие. В этой статье мы рассмотрим меры профилактики, которые могут помочь предотвратить развитие этого заболевания.

Соблюдение гигиены рук: Регулярное мытье рук с мылом и водой или использование антисептического раствора на основе спирта является одной из важнейших мер профилактики ВП. Регулярное мытье рук помогает уменьшить риск передачи возбудителей пневмонии.

Вакцинация: Проведение регулярных прививок может снизить риск развития ВП. Вакцины против бактерий *Streptococcus pneumoniae* (включая вакцину против пневмококковой инфекции) и *Haemophilus influenzae* типа b, а также вакцина против гриппа рекомендуются для лиц, подверженных повышенному риску развития внебольничной пневмонии.

Избегать курения и пассивного курения: Курение оказывает негативное влияние на легкие и повышает риск развития пневмонии. Данная мера помогает укрепить легочную функцию и снизить вероятность развития ВП.

Здоровый образ жизни: Поддержание здорового образа жизни способствует укреплению иммунной системы и снижению риска развития инфекций. Включайте в свой рацион питания пищу, богатую антиоксидантами и питательными веществами, регулярно занимайтесь физическими упражнениями и получайте достаточно сна.

Избегать контакта с больными: Передача инфекционных возбудителей осуществляется через капли кашля или чихания больного. При наличии риска заражения ВП рекомендуется избегать тесного контакта с больными людьми и носить маску в общественных местах, особенно во время эпидемии гриппа или других респираторных инфекций.

Регулярные осмотры и лечение хронических заболеваний: Людям с хроническими заболеваниями, такими как диабет, бронхиальная астма или ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь

легких), рекомендуется регулярная консультация с врачом и соблюдение рекомендаций по лечению и контролю состояния заболевания. Хронические заболевания могут повышать риск развития ВП.

Кроме того, важно обратиться к врачу при появлении симптомов пневмонии, таким как кашель, одышка, лихорадка или боль в груди, чтобы получить своевременное диагностирование и лечение.

Врач-эпидемиолог Первоуральского филиала ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»

Девятова А.А.