**Внебольничная пневмония**

**Внебольничная пневмония** — острое инфекционное заболевание, возникшее во внебольничных условиях, сопровождающееся симптомами инфекции нижних дыхательных путей (лихорадка, кашель, выделение мокроты, возможно гнойной, боли в груди, одышка).

Внебольничная пневмония поражает в равной степени, как маленьких детей, так и взрослых. Благодаря статистике, можно с уверенностью сказать, что заражение происходит у 15 человек на 1000 населения за один год. Болеют все, независимо от расы, цвета кожи и возраста.

При воспалении легких, страдают именно нижние отделы, они полностью заполняются воспалительной жидкостью и мешают человеку нормально дышать. Так как у микробов высокая устойчивость к антибиотикам, лечится становится сложнее, если не обратиться вовремя в больницу. Это может привести к смертельному исходу.

**Основные причины заражения внебольничной пневмонией** — расстройство иммунной системы и общая слабость организма. Среди других факторов необходимо упомянуть такие моменты, как:

1. заражение вирусами (при контакте с заболевшими, при нахождении в местах массового скопления людей);
2. резкое переохлаждение;
3. заболевания сердечно-сосудистой, эндокринной или дыхательной системы;
4. длительное соблюдение постельного режима во время лечения другого заболевания;
5. недавно перенесенные полостные хирургические операции;

**Профилактика.**

Всегда лучше предотвратить заболевание, чем лечить его.

Одной из самых важных профилактических мер является ПРИВИВКА против гриппа, которую необходимо сделать до наступления эпидемиологического периода. Дело в том, что внебольничная пневмония нередко является осложнением после перенесенного гриппа и других вирусных заболеваний.

Профилактика внебольничной пневмонии проводится с использованием не только гриппозной но и пневмококковой вакцины. При необходимости их могут вводить одновременно, только в разные руки.

В период сезонных подъемов заболеваний необходимо меньше посещать места массового скопления людей, такие как: торговые центры, концерты, общественный транспорт.

Необходимо одеваться соответственно погоде. Места, где проводится много времени необходимо проветривать, делать влажную уборку. Также необходимо соблюдать правила личной гигиены.

Очень полезно проводить курсы приема средств на растительной основе, оказывающих иммуностимулирующее действие. Только перед этим нужно обязательно проконсультироваться с врачом. Если имеются противопоказания, то сильными иммуностимуляторами являются доступные каждому природные средства – пчелиный мед и чеснок.

Необходимо вести правильный образ жизни, сбалансированно и регулярно питаться.

Уважаемые родители, главное не занимайтесь самолечением, а вызывайте врача!

**Прививайтесь и будьте здоровы!!!**