



Nhận Biết Và Phòng Ngừa Viêm Phổi

Viêm phổi là tình trạng nhiễm trùng trong phổi. Ở những người bị khuyết tật trí tuệ và phát triển (IDD), nhiều lần nhập viện ngoài dự kiến đều có liên quan đến viêm phổi. Hầu hết những người bị viêm phổi sẽ hồi phục trong vòng vài tuần, nhưng căn bệnh này có thể đe dọa đến tính mạng. Hãy liên hệ với bác sĩ khi quý vị cho rằng mình có thể bị viêm phổi.

Viêm Phổi là gì?

Viêm phổi là tình trạng nhiễm trùng phổi. Các túi khí trong phổi có thể chứa đầy dịch hoặc mủ. Điều này có thể gây ho, sốt, ớn lạnh và khó thở.

Điều quan trọng là cần phải biết các dấu hiệu và triệu chứng của bệnh viêm phổi để quý vị có thể được chăm sóc y tế đúng cách. Nếu quý vị cho rằng mình bị viêm phổi, quý vị nên liên hệ với bác sĩ càng sớm càng tốt!

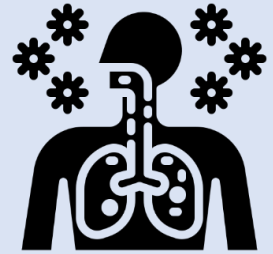
Nguồn: [CDC](#); [NHLBI](#)

Quý vị có thể bị viêm phổi và không cảm thấy ốm nặng. Viêm phổi là bệnh truyền nhiễm và có thể lây nhiễm cho bất kỳ ai, đặc biệt là trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ, người lớn tuổi và những người có vấn đề sức khỏe khác.

Triệu Chứng của Viêm Phổi là gì?

- Đau ngực khi thở hoặc ho
- Cảm thấy rất mệt hoặc rất yếu
- Sốt, ớn lạnh và đổ mồ hôi
- Ho ra chất nhầy có chứa máu hoặc màu xanh lá cây
- Buồn nôn, nôn mửa hoặc tiêu chảy
- Khó thở hoặc nhịp thở nhanh
- Tim đập nhanh
- Chán ăn hoặc
- Đau nhức cơ thể.

Nguồn: [CDC](#); [NHLBI](#)



Lời Khuyên Về Phòng Ngừa Và Điều Trị Viêm Phổi

Phòng tránh

- Hỏi bác sĩ của quý vị về việc tiêm mũi nhắc lại **COVID-19 và vắc-xin phòng viêm phổi và cúm.**
- Tránh những người bị bệnh và tránh xa những người khác nếu quý vị bị bệnh.
- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước, hoặc sử dụng dung dịch rửa tay chứa cồn.
- Vệ sinh và khử trùng các bề mặt thường xuyên tiếp xúc, như tay nắm cửa, công tắc đèn và điều khiển từ xa.
- Không hút thuốc và hạn chế tiếp xúc với khói thuốc lá.
- Chăm sóc các tình trạng sức khỏe hiện có như hen suyễn, bệnh tim, bệnh nha chu và tiểu đường.
- Tạo thói quen chăm sóc răng miệng đúng cách và thăm khám nha sĩ thường xuyên.
- Ngồi thẳng khi ăn và cẩn những miếng vừa phải sao cho quý vị có thể dễ dàng nhai và nuốt. Điều này giúp ngăn ngừa việc vô tình hít phải chất lỏng hoặc thức ăn.
- Đây là [liên kết](#) đến video hữu ích về viêm phổi và cách quý vị có thể phòng ngừa.

Điều trị

- Nói với ai đó nếu quý vị cảm thấy ốm yếu để họ có thể giúp quý vị.
- Nếu bác sĩ cho quý vị uống thuốc, hãy uống đủ liều, ngay cả khi quý vị cảm thấy khỏe hơn trước khi hết thuốc.
- Nghỉ ngơi nhiều. Uống nhiều nước. **Gọi 911 nếu quý vị gặp nạn.**

Nguồn: [NHLBI](#) & [DDS Clinical Services](#)

