



Uwaga na jesienne przeziębienia. To może być poważna infekcja!



Tags

[Aktualności](#)

Kaszel, duża duszność, osłabienie, gorączka. Przedłużający się okres infekcji i skrajne osłabienie to objawy, które powinny zaniepokoić. Możemy mieć bowiem do czynienia z atypowym zapaleniem płuc. W takim przypadku konieczna jest wizyta u lekarza, tele porada nie wystarczy.

- Od około miesiąca obserwujemy wzrost zachorowalności na infekcje dolnych dróg oddechowych i to głównie u ludzi młodych, w przedziale wieku między 20 a 50 lat. Co istotne, te infekcje są ciężkie w przebiegu – ostrzega w rozmowie z „Gazetą Krakowską” Martyna Karwowska-Mietła, lekarz specjalista chorób płuc i specjalista chorób wewnętrznych z Klinicznego Oddziału Gruźlicy, Chorób Płuc, Alergologii i Chorób Wewnętrznych 5 Wojskowego Szpitala Klinicznego w Krakowie.

Mowa o atypowym zapaleniu płuc o etiologii mykoplazmatycznej i chlamydiowej, czyli bakteryjne. Często powoduje ono ostrą niewydolność oddechową, pacjenci potrzebują tlenu i muszą być hospitalizowani mimo tego, że nie są obciążeni innymi chorobami. Coraz częściej młode osoby są przyjmowane na oddział w trybie pilnym z SOR. W przeciągu ostatnich trzech tygodni nastąpił wzrost liczby takich zachorowań o około 15 procent.

Jak dbać o siebie jesienią?

- Pamiętajmy, że okres infekcyjny tak naprawdę jest dopiero przed nami. Jeżeli ktoś czuje się chory powinien zakładać maseczkę, jeżeli idzie na zewnątrz. Pamiętajmy o podstawowej higienie i częstym myciu rąk, a także o ile to możliwe unikajmy tłumów i dużych skupisk ludzkich. Ważny jest także zdrowy tryb życia: wysypianie się, minimum 7-8 godzin, unikanie używek i regularna aktywność sportowa: pływanie, szybkie spacer, jazda na rowerze. Słowem ruch, jak najczęściej na powietrzu niezależnie od pogody. Minimum 3 razy w tygodniu, na przykład 150 minut tygodniowo - wylicza lek. Martyna Karwowska-Mietła i dodaje: "Biorąc pod uwagę szerokość geograficzną ważne jest suplementowanie witaminy D. Zwłaszcza w okresie jesienno-zimowych, wszyscy powinni ją zażywać w dawce standardowej, czyli 2000 m. Chyba, że badania laboratoryjne wykazały braki – wtedy, w uzgodnieniu z lekarzem wyższe dawki. Rekomendujemy oczywiście szczepienia profilaktyczne: przeciwko grypie, przypominające przeciw COVID i przeciw krztuścowi, a dla osób starszych lub obciążonych ciężkimi schorzeniami również szczepienia przeciw pneumokokom".

- To, co powinno nas najbardziej zaniepokoić, to przedłużający się okres infekcji i skrajne osłabienie – mówi Martyna Karwowska-Mietła – Chorzy są niewydolni oddechowo więc po prostu nie mają siły. Może się także pojawić wysoka gorączka. To dosyć typowe objawy infekcji. Bakterie atypowe reagują jednak na inną grupę leków, a te często zwłaszcza na początku leczenia nie są podawane".

<https://gazetakrakowska.pl/nowe-zjawisko-chorobowe-w-krakowie-ciezkie-infekcje-dolnych-drug-oddechowych-wiecej-zachorowan-na-zapalenie-pluc-gruzlice-i/ar/c14-18823111>

Ostatnia aktualizacja

24/09/2024

Data opublikowania

24/09/2024

Author

kniedzielska

Source URL:

<https://5wszk.com.pl/aktualnosc/2506-uwaga-na-jesienne-przeziebienia-moze-byc-powazna-infekcja>