

BMJ 患者信息

最近发布：2024年2月1日

肺炎

肺炎是由肺部感染引起的。可以是严重的疾病，所以尽快就诊很重要

我们汇总了有关肺炎的最佳且最新研究，以了解其治疗方法。您可以参照我们提供的信息与医生进行沟通，并决定最适合您的治疗方法

什么是肺炎

肺炎通常由细菌或病毒感染引起。感染引起肺部炎症（肿胀）。然后，肺部积液，使得呼吸更加困难

疾病症状是什么

肺炎严重时可使您感到病得很重

- 很多患者都有发热和咳嗽
- 您可能会感觉好像喘不过气
- 您会感到虚弱和疲倦，并且感到周身不适。老年肺炎患者有时候会出现意识混乱
- 您可能不想进食进水

部分患者在呼吸时感到胸痛。这可出现在覆盖于肺部的组织层之间发炎时。炎症使您的肺部在呼吸时不能自如运动，这称为胸膜炎

肺炎有时会使得难以吸入足够氧气，这是非常危险的。如果您的嘴唇或指甲下皮肤发蓝，请立即叫救护车

如果您感到意识混乱也应该寻求紧急帮助，或者在其他人发现您意识混乱时，他们可能会呼叫救助。意识模糊是您氧气不足的另一个征象

医生可能会让您进行胸部 X 线检查以确定引起您症状的原因

如何有效治疗

如果您是由细菌引起的肺炎，则需要尽快使用抗生素治疗。抗生素是杀灭细菌的药物。细菌是肺炎最常见的病因

肺炎

您可在家中服用抗生素片剂。但是如果您因为某些原因不能服用片剂，或者您的症状非常严重，那么可以静脉滴注给予抗生素

如果您在开始治疗后 3 日内并未感到任何好转，请告知医生（他/她应该会安排随访以检查您的病情是否好转）。您可能会需要使用其他类型的抗生素

用完开具给您的抗生素非常重要。即使您开始感觉好转，也需要用完。如果您没有用完，部分细菌可能就没有被杀死。它们可能在您的肺部重新开始繁殖，进而肺炎复发并且更难以治疗

抗生素可引起副作用。最常见的副作用是恶心（感觉不适）、呕吐或腹泻。部分人会发生皮疹。这是轻度的过敏反应引起的。这并不严重，但是您应该让您的医生知道

也可能发生更严重的过敏反应。如果您对任何抗生素过敏，请告知医生：例如，有些人对青霉素过敏

如果您的肺炎是病毒引起的，则抗生素治疗无效。但如果除病毒感染外还有细菌感染，您可能也需要使用抗生素。病毒性肺炎通常可自行清除

每日下床并适当活动可有助于您的病情好转。这是因为可锻炼到您的肺部功能，但不要过度

我需要去医院就诊吗

大多数肺炎患者在家即可康复。但部分患者需要在医院接受治疗。例如，如果您年龄较大或存在其他疾病或更是更严重的肺炎，医生可能会建议您入院治疗

在医院，除了抗生素，您可能还需要通过手臂静脉滴注补液。如果您病重到不能进水，这可防止您脱水。您还需要定期测量体温和检查呼吸情况

您可能还会接受短程的类固醇药物治疗（全称为皮质类固醇）。这些是有助于减轻您肺部肿胀的药物

如果您在医院接受治疗，每日下床并四周活动几分钟可有助于您早日出院。如果能积极锻炼肺功能，也可能有助于您早日出院回家。您可以通过深呼吸或经管子向装水的瓶子吹气进行锻炼

询问医生您应该进行何种程度的活动，以及呼吸锻炼是否有助于您的病情

自我照护

即使您年轻且身体健康，也需要认真对待肺炎。您需要好好照顾自己。您可以做一些简单的事情来帮助您康复

- 充分休息。当您感觉好转时，可以开始做更多的事情，但不要强迫自己。不要做任何您身体没有好到可以做的事情。如果您是卧床休息，醒着时至少每小时翻身一次。深呼吸 5-10 次，然后用力咳嗽数次。这有助于排除积于肺部的痰液
- 如果您有发热或感觉疼痛，可服用非处方止痛药，例如对乙酰氨基酚或布洛芬。请确保遵照包装上的说明服用。过量摄入是很危险的
- 多饮水，以免脱水
- 如果您吸烟，那么现在适合戒烟。吸烟会损害您的肺，并使您更容易肺炎复发。医生可帮助您戒烟

预后

肺炎很严重，有时候可危及生命。但只要及时治疗，但大多数人都可以痊愈

如果您是由细菌引起的肺炎，则抗生素多可杀灭细菌并消除感染

但是抗生素对病毒无效。在大多数情况下，病毒引起的肺炎无需治疗也可好转

需要多长时间才能好转取决于几个因素，包括患者的年龄和一般健康状况。如果您年轻且身体健康，那么您可能很快就好转

如果您很快得到治疗，那么数日内您就会感觉好转。但是，您需要一段时间才能恢复到您得肺炎前的状态。如果您的年龄较大或者患有其他影响您健康状况的疾病，可能需要几个月才能感觉完全康复

医生可能安排您进行胸部 X 线检查以确保肺炎完全消退，尤其是在您年满 50 岁或者吸烟的情况下

患者信息来自 BMJ Best Practice 临床实践，本内容据此而来并将定期更新。BMJ Best Practice 临床实践最新内容可参阅 bestpractice.bmj.com 该信息仅供医疗卫生专业人士使用。其不能替代医学建议。强烈建议您对该资料所有解读进行独立验证，若有医疗需求，请探访医生就诊。

请参阅 BMJ 完整使用条款：bmj.com/company/legal-information。BMJ 不作出任何明示性或暗示性陈述、要件、保证或担保本材料准确、完整、最新或适合所有特定目的。

© BMJ Publishing Group Ltd 2024. 版权所有。

