
Polmonite

Che cos'è la polmonite?

La polmonite è un'infezione dei polmoni, che può essere causata da batteri o virus. Nella parte infettata dei polmoni si forma del liquido. Man mano che il liquido si accumula, l'ossigeno non riesce a raggiungere quella parte del polmone, rendendo difficile la respirazione. Quando il corpo riceve meno ossigeno, si hanno problemi anche nel muoversi e svolgere le attività quotidiane.

La polmonite può insorgere a qualunque età. È un problema diffuso e grave negli anziani. Guarire dalla polmonite può richiedere molto tempo.

La polmonite è più frequente nella stagione fredda, ma si può contrarre in qualsiasi momento dell'anno.

Quali sono i segni della polmonite?

Alcune persone mostrano segni di polmonite, mentre altre non mostrano alcun sintomo d'infezione. I segni più comuni sono:

- febbre o ipotermia (temperatura inferiore alla norma)
- brividi
- dolori al petto o respirazione affannata
- tosse secca o con produzione di catarro
- nausea, vomito, diarrea

Anche il delirio può essere segno di polmonite. Il delirio è uno stato di confusione mentale improvviso o intermittente.

Chi è a rischio di contrarre la polmonite?

Molti anziani sono soggetti a rischio di polmonite.

Alcuni fattori di rischio sono:

- carenze nella dieta o nell'igiene orale
- fumo
- consumo eccessivo di alcolici

Altri fattori di rischio:

- problemi di salute a lungo termine
- problemi di deglutizione
- alimentazione con sondino
- sistema immunitario carente
- convulsioni

Come si cura la polmonite?

La polmonite batterica si cura con terapia antibiotica. Esistono molti tipi di antibiotici; [sarà il medico a decidere](#) quale sia meglio per voi. Se vi vengono prescritti antibiotici, dovete assumere **TUTTE** le dosi di medicinale, anche se vi sentite meglio. Non smettete di assumere il medicinale a meno che non ve lo dica il medico.

In che modo è possibile restare sani?

- Fare esercizio aiuta il sangue a circolare, i polmoni a espandersi e i muscoli a restare forti. Assicuratevi anche di riposare a sufficienza.
- Curate l'igiene orale e dentale per evitare la formazione di batteri in bocca.
- Smettete di fumare.

Quali risorse sono disponibili per aiutarmi a smettere di fumare?

- La Canadian Cancer Society offre sostegno personale, opuscoli e altro.
- Se vi serve aiuto contattate la Smokers' Helpline, 1-877-513-5333, oppure visitate il sito internet www.smokershelpline.ca
- Public Health Tobacco Hotline: 905-540-5566, int. 1, per consigli e campioni gratuiti di farmaci.

Quando devo contattare il medico?

- Fatevi vivi col medico dopo una settimana.
- Se vi sentite peggio, chiamate il medico o recatevi all'ospedale.
- Parlate col vostro medico per l'annuale vaccinazione antinfluenzale e per la vaccinazione antipolmonite; possono ridurre i sintomi.