
La pneumonie

Qu'est-ce que la pneumonie?

La pneumonie, c'est une infection des poumons. Elle est causée par des germes appelés bactéries ou virus. Un liquide s'accumule dans la partie infectée du poumon, ce qui empêche l'oxygène de s'y rendre et rend la respiration difficile. Quand l'organisme reçoit moins d'oxygène, il devient plus difficile de se déplacer et d'accomplir les activités habituelles.

La pneumonie peut survenir à tout âge. Elle s'avère un problème courant et grave chez les adultes âgés. Dans certains cas, le rétablissement est long.

La pneumonie survient plus souvent pendant la saison du rhume et de la grippe, mais elle peut s'attraper à tout moment de l'année.

Quels sont les signes de la pneumonie?

Certaines personnes présentent des signes de la pneumonie, tandis que d'autres n'en ont pas. Voici les symptômes courants :

- fièvre ou température inférieure à la normale
- frissons
- douleurs à la poitrine ou sensation de lourdeur quand on respire
- toux sèche ou accompagnée de crachat
- nausées, vomissements et diarrhée

Le délire est un autre signe de la pneumonie. Le délire est un état de confusion qui survient soudainement et qui va et vient.

Qui est à risque de pneumonie?

De nombreuses personnes âgées sont à risque de pneumonie.

Quelques facteurs de risque

- Mauvaise alimentation et mauvaise hygiène dentaire
- Tabagisme
- Consommation excessive d'alcool

Autres facteurs de risque

- Problèmes de santé chroniques
- Problèmes de déglutition
- Alimentation par sonde
- État immunitaire affaibli
- Convulsions

Comment traite-t-on la pneumonie?

On utilise des antibiotiques pour traiter la pneumonie causée par des bactéries. Il existe toutes sortes d'antibiotiques. Votre fournisseur de soins de santé déterminera celui qui vous convient le mieux. S'il vous prescrit des antibiotiques, vous devrez prendre **TOUT** le médicament jusqu'à ce qu'il n'en reste plus, même si vous vous sentez mieux. N'arrêtez pas de prendre ce médicament à moins que votre fournisseur de soins de santé vous le dise.

Que puis-je faire pour rester en santé?

- L'exercice aide le sang à circuler, les poumons à s'étirer et les muscles à rester forts. Il est aussi important de bien vous reposer.
- Ayez de bonnes habitudes d'hygiène buccodentaire pour éviter l'accumulation de bactéries dans la bouche.
- Arrêtez de fumer.

Quelles ressources peuvent m'aider à arrêter de fumer?

- La Société canadienne du cancer offre un soutien personnel et de la documentation, entre autres.
- Si vous avez besoin d'aide, appelez Téléassistance pour fumeurs au 1 877 513-5333 ou visitez le www.teleassistancepourfumeurs.ca.
- Appelez la ligne Info-tabac du Bureau de santé au 905 540-5566, poste 1, pour obtenir du counseling et des échantillons gratuits de médicaments.

Quand dois-je communiquer avec mon fournisseur de soins?

- Consultez votre fournisseur de soins dans une semaine pour le suivi.
- Si votre état s'aggrave, appelez votre fournisseur de soins ou obtenez des soins médicaux.
- Discutez avec votre fournisseur de soins de santé de la possibilité de recevoir le vaccin contre la grippe chaque année et le vaccin contre la pneumonie, car ces vaccins peuvent diminuer les symptômes.