

QUÈ ÉS LA PNEUMÒNIA



Amb l'arribada del brot del coronavirus a la zona de la Xina, estem sentint molt parlar de la pneumònia, que és la malaltia que acaba provocant la mort d'alguns dels infectats. És el moment de definir aquesta patologia perquè sàpigues de què es tracta.

La pneumònia és una infecció que inflama els sacs aeris d'un o dels dos pulmons. Els sacs aeris es poden omplir de líquid o pus (material purulent), el que provoca tos amb flegma o pus, febre, calfred i dificultat per respirar. Diversos microorganismes, com bacteris, virus i fongs, poden provocar pneumònia.

La pneumònia pot variar en gravetat des de suau a potencialment mortal. És més greu en nadons i nens petits, persones majors de seixanta-cinc anys, i persones amb problemes de salut o sistemes immunitaris debilitats.

Síntomes

Els signes i símptomes de la pneumònia varien de moderats a greus i depenen de diversos factors, com el tipus de germen que ha causat la infecció, la teva edat i la teva salut en general. Els signes i símptomes moderats solen ser similars als d'un refredat o una grip, però duren més temps.

Els signes i símptomes de la pneumònia poden incloure el següent:

- Dolor en el pit en respirar o tossir.
- Desorientació o canvis de percepció mental (en adults majors de 65).
- Tos que pot produir flegma.

- Fatiga.
- Febre, transpiració i calfreds amb tremolor.
- Temperatura corporal més baixa del normal (en adults majors de seixanta-cinc anys i persones amb un sistema immunitari dèbil).
- Nàusees, vòmits o diarrea.
- Dificultat en respirar.

Hem de consultar amb el metge si tens dificultat per respirar, dolor en el pit, febre persistent de 39 °C o superior, o tos persistent, sobre tot si tens tos amb pus.

És molt important que les persones que pertanyin al següents grups de risc consultin al metge:

- Majors de seixanta-cinc anys.
- Nens menors de dos anys amb signes i símptomes
- Persones amb alguna afecció de salut no diagnosticada o amb el sistema immunitari debilitat.
- Persones que reben quimioteràpia o altres medicaments que inhibeixen el sistema immunitari.

Per alguns adults majors i persones amb insuficiència cardíaca o problemes pulmonars crònics, la pneumònia poden convertir-se ràpidament en una afecció potencialment mortal.

Causes

Són diversos els gèrmens que poden causar una pneumònia. Els més freqüents són els bacteris i els virus que es troben en l'aire que respirem. Generalment, el cos evita que aquests gèrmens infectin els pulmons. Però, a vegades, aquests gèrmens poden ser més poderosos que el teu sistema immunitari, inclús quan la teva salut en general és bona.

La pneumònia es classifica d'acord amb el tipus de germen que la causa i el lloc on tens la infecció.

Pneumònia adquirida a una comunitat

La pneumònia adquirida a la comunitat és el tipus més freqüent. Passa fora dels hospitals i d'altres instal·lacions de cura de la salut. La causa pot ser per diversos factors:

- **Bacteris.** La causa més freqüent de pneumònia bacteriana en els EUA és el *Streptococcus pneumoniae*. Aquest tipus de pneumònia pot produir-se sola o després que hagi tingut un refredat o una grip. Pot afectar una part del pulmó (lòbul); aquesta afecció s'anomena pneumònia lobar.
- **Organismes tipus bacteri.** El micoplasma pneumònica també pot

causar pneumònia. Generalment produeix símptomes més lleus que els produïts per altres tipus de pneumònia. La pneumònia errant és un nom informal per un tipus de pneumònia que, per regla general, no és prou greu com per requerir respòs.

- **Fongs.** Aquest tipus de pneumònia és més freqüent en persones amb problemes crònics de salut o un sistema immunitari debilitat, i en persones que han inhalat grans dosis d'aquests organismes.

- **Virus.** Alguns dels virus que causen els refredats i la grip poden causar pneumònia. Els virus són la causa més freqüent de pneumònia en els nens menors de cinc anys. La pneumònia viral sol ser lleu. Això no obstant, a vegades, poden tornar-se molt greus.

Pneumònia adquirida a l'hospital

Algunes persones contrauen pneumònia durant la seva estança hospitalària a causa de altres malalties. La pneumònia adquirida a l'hospital pot ser greu perquè el bacteri que la causa pot ser més resistent als antibiòtics perquè les persones que la contrauen ja estan malaltes. Les persones que es troben amb respiradors, els quals solen utilitzar-se en unitats de cures intensives, tenen més risc de contraure aquests tipus de pneumònia.

Pneumònia adquirida per cura de la salut

La pneumònia adquirida per cura de la salut és un tipus d'infecció bacteriana que passa en persones que viuen en instal·lacions de cura de la salut per llarg temps o que reben cures en una clínica d'atenció ambulatoria, fins i tot en els centres de diàlisi. Igual que la pneumònia adquirida a l'hospital, aquest tipus de pneumònia pot manifestar-se a causa de bacteris que són més resistents als antibiòtics.

Pneumònia per aspiració

La pneumònia per aspiració passa quan inhales menjar, begudes. Vòmit o saliva que arriben als teus pulmons. L'aspiració és més probable que succeeixi quan alguna cosa altera el reflex d'una nàusea, com una lesió cerebral o dificultat al tragar, o el consum excessiu d'alcohol i drogues.

Factors de ris

La pneumònia pot afectar a qualsevol. Però els dos grups d'edats que presenten el risc més gran de patir-la són les següents:

- Nens de dos anys o menors.
- Persones de seixanta-cinc anys o majors.

Altres factors de risc inclouen:

- **Estar hospitalitzat.** Tens un major risc de contraure pneumònia si et trobes a una unitat de cures intensives d'un hospital, especialment, si estàs connectat a una màquina que t'ajuda a respirar.
- **Malaltia crònica:** Ets més propens a contraure pneumònia si tens asma, malaltia pulmonar obstructiva crònica (EPOC) o una malaltia cardíaca.
- **Fumar:** Fumar danya les defenses naturals que el teu cos presenta contra els bacteris i els virus que causen la pneumònia.
- **Sistema immunitari debilitat o suprimit.** Les persones que tenen VIH, que s'han sotmès a trasplantament d'òrgans o reben quimioteràpia o esteroides a llarg termini estan en risc.

Complicacions

Fins i tot havent rebut tractament, algunes persones que tenen pneumònia, especialment aquells que es troben en els grups d'alt risc, poden experimentar complicacions, incloses les següents:

- **Bacteris en el torrent sanguini (bacterièmia).** Els bacteris que ingressen en el torrent sanguini des dels pulmons poden propagar la infecció a altres òrgans i, potencialment, provocar una insuficiència orgànica.
- **Dificultat per respirar.** Si la pneumònia és greu o si tens malalties pulmonars cròniques ocultes, possiblement tens problemes per obtenir suficient oxigen en respirar. És possible que hakis d'hospitalitzar-te i utilitzar un respirador artificial fins que els teus pulmons sanin.
- **Acumulació de líquid al voltant dels pulmons (vessament pleural).** La pneumònia pot causar l'acumulació de líquid en el fi espai que hi ha entre les capes de teixit que recobreixen els pulmons i la cavitat toràcica (pleura). Si el flux s'infecta, és possible que hagin de drenar-lo mitjançant una sonda pleural o extreure'l mitjançant una cirurgia.
- **Abscés pulmonar.** Un abscess té lloc si es forma pus en una cavitat el pulmó. A vegades, es necessita una cirurgia o un drenatge amb una agulla llarga o una sonda que es col·loca en l'abscess per extreure la pus.

Prevenició

Para contribuir a prevenir la pneumònia:

- **Vacuna't.** Existeixen vacunes per prevenir alguns tipus de pneumònia i la grip. Parla amb el metge sobre aquestes i altres vacunes.
- **Assegurat** de què els nens es vacunin. Els metges recomanen una vacuna per a la pneumònia diferent per nens menors de 2 anys i per nens

de 2 a 5 anys que són particularment propensos a contraure la malaltia pneumocòccica. Els nens que concorren a una guarderia grupal també han de rebre la vacuna. Els metges a més recomanen la vacuna contra la grip per nens menors de sis mesos.

- **Practica una bona higiene.** Per protegir-te de les infeccions respiratòries que molt sovint deriven en pneumònia, rentat les mans regularment o utilitzar un desinfectant per les mans a base d'alcohol.

- **No fumis.** El tabaquisme danya les defenses naturals que protegeixen els teus pulmons de les infeccions respiratòries.

- **Mantenir fort el teu sistema immunitari.** Dorm prou, exercitat regularment i porta una dieta saludable.

Font: Clínica Mayo (UEA)