



EDUKACJA PACJENTA I OPIEKUNA

# Zakażenia dróg oddechowych

W niniejszej informacji opisano zakażenia dróg oddechowych, w tym sposób ich rozprzestrzeniania się i możliwości zmniejszenia ryzyka zarażenia się.

Wirusy mogą atakować układ oddechowy i powodować zakażenia. Te zakażenia mogą stanowić poważny problem w przypadku osób chorujących na inną chorobę oraz osób z osłabionym układem odpornościowym.

Do wirusów, które mogą powodować zakażenia dróg oddechowych należą:

- adenowirusy,
- koronawirusy,
- ludzkie metapneumowirusy,
- wirusy paragrypy,
- wirusy RSV (Respiratory syncytial virus),
- rinowirusy/enterowirusy.

## Jakie są objawy zakażeń dróg oddechowych?

- gorączka,
- ból gardła
- dreszcze
- kaszel,
- ból głowy,
- katar,
- bóle w całym ciele,
- uczucie zmęczenia i ogólnego dyskomfortu.

# Jak rozprzestrzeniają się zakażenia dróg oddechowych?

Zakażenia dróg oddechowych szerzą się przez kontakt z kropelkami wydzieliny z nosa i gardła osoby, która jest zarażona. Kropelki te poruszają się w powietrzu, gdy zarażona osoba kaszle lub kicha.

Te zakażenia może również rozprzestrzeniać się, gdy kropelki padają na meble i sprzęt, a ktoś dotyka powierzchni skażonej przez zarazki.

## Co mogę zrobić, aby zmniejszyć ryzyko zarażenia się zakażeniem dróg oddechowych?

- Osoby z osłabionym układem odpornościowym powinny poprosić członków rodziny i bliskich przyjaciół o zaszczepienie się przeciw grypie.
- Proszę zawsze kichać w chusteczkę lub w zgięcie łokcia, nie w dłoń.
- Proszę często myć ręce lub stosować środek odkażający do rąk na bazie alkoholu, szczególnie po kichaniu lub kaszlu.
- Proszę nie używać wspólnych przedmiotów takich jak filiżanki, szklanki, naczynia lub zabawki.
- Należy unikać kontaktu z osobami, u których występują objawy przeziębienia lub grypy.

## Jakie środki ostrożności związane z izolacją podejmuje się w szpitalu w przypadku osób chorych na zakażenia dróg oddechowych?

- Osoby, u których rozpoznaje się zakażenia dróg oddechowych, są przenoszone do oddzielnej sali.
- Na drzwiach umieszcza się znak wskazujący personelowi i odwiedzającym konieczność stosowania środków ostrożności.

- Wszyscy członkowie personelu i odwiedzający muszą myć ręce przed wejściem do takiego pokoju i po wyjściu z niego. Mogą użyć mydła i wody lub środka odkażającego do rąk na bazie alkoholu.
- Wszyscy członkowie personelu i odwiedzający, którzy wchodzi do takiej sali, muszą mieć na sobie maskę, żółty fartuch i rękawice.
- Pacjent, opuszczając salę na badania, musi mieć na sobie maskę, żółty fartuch i rękawice.
- Pacjent chorujący na zakażenia dróg oddechowych nie może chodzić po oddziale ani wchodzić do następujących miejsc w szpitalu:
  - spiżarnia na oddziale,
  - pokój socjalny w M15,
  - pokoje socjalne na oddziałach pediatrycznych w M9,
  - kafejka,
  - hol główny,
  - wszelkie inne ogólnodostępne miejsca w szpitalu.
- Przestrzegając tych środków ostrożności związanych z izolacją, można poddawać się terapii sztuką lub masażom w swojej sali.
- Gdy pacjent przestaje zarażać innych, te środki ostrożności przestają obowiązywać.

## **Mam zakażenie dróg oddechowych. Jakie środki ostrożności powinienem/powinnam zastosować, zgłaszając się na wizytę w poradni?**

- Jeśli występują u Pana/Pani jakiegokolwiek objawy zakażenia dróg oddechowych (kaszel, katar, kichanie), proszę poinformować o tym personel recepcji, zgłaszając się na wizytę. Zostanie Pan/Pani zaproszony/-a do oddzielnej sali. Pielęgniarka zada Panu/Pani dalsze pytania o Pana/Pani objawy i zdecyduje, jak powinien/powinna Pan/Pani być leczony/-a.

- Jeśli występują u Pana/Pani objawy zakażenia dróg oddechowych, proszę nie siedzieć w poczekalni, nie jeść w kafejce ani nie odwiedzać pacjentów przebywających w szpitalu.

## **Gdzie mogę uzyskać więcej informacji na temat zakażeń dróg oddechowych?**

Jeżeli ma Pan/Pani jakieś pytania, proszę porozmawiać o nich z lekarzem prowadzącym badanie lub z pielęgniarką. Więcej informacji może Pan/Pani uzyskać również na następujących stronach internetowych:

### **Centrum Zwalczenia i Zapobiegania Chorobom**

[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

### **Departament zdrowia stanu Nowy Jork**

[www.health.ny.gov](http://www.health.ny.gov)

W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości proszę porozmawiać z członkiem zespołu terapeutycznego opiekującego się Panem/Panią. Można się z nim kontaktować od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00 – 17.00 pod numerem telefonu \_\_\_\_\_. Po godzinie 17.00, w weekendy i w święta proszę dzwonić pod numer \_\_\_\_\_. Jeżeli nie podano numeru lub nie jest Pan/Pani pewien/pewna, proszę dzwonić pod numer 212-639-2000.

---

©2016 Memorial Sloan Kettering Cancer Center