

SVETOVÝ DEŇ PNEUMÓNIE

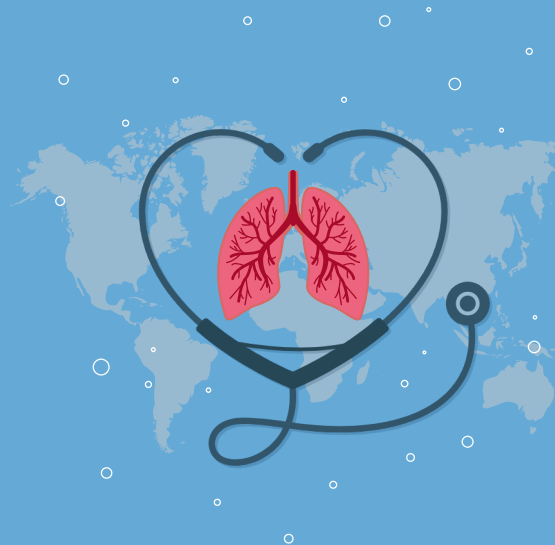
12. november 2025

Zápal pľúc (pneumónia) je zápalové ochorenie pľúcneho tkaniva. Môžu ho spôsobiť **baktérie, vírusy, plesne, ale aj rôzne chemické látky alebo alergie.** Zápal pľúc môže postihnúť každého, ale **riziko sa zvyšuje u starších ľudí, detí a ľudí s oslabeným imunitným systémom.**

Príznaky zápalu pľúc sa môžu líšiť v závislosti od pôvodcu (baktérie vs. vírusy).

Medzi bežné príznaky patrí **kašeľ, zvýšená teplota až horúčka, bolesť na hrudníku a ťažkosti s dýchaním.** Kašeľ je pri vírusovej infekcii **suchý a dráždivý** (až do bolesti pľúc pri kašli), ale neskôr sa stáva **produktívnym s hlienom pri bakteriálnej infekcii.** Zvýšená teplota je charakteristická skôr pre **vírusové ochorenie, horúčka pre bakteriálne.**

Pri **vírusovej infekcii** môžu byť prítomné aj príznaky pripomínajúce chrípku, t. j. **bolesti kĺbov a svalov, celková malátnosť, nevoľnosť a vracanie.**



Inkubačná doba závisí od pôvodcu ochorenia. Pri bakteriálnej pneumónii je inkubačná doba 1 - 3 dni, pri vírusovej pneumónii 4 - 6 dní. Ak je spôsobená vírusom chrípky, ochorenie sa objaví 18-72 hodín po infekcii. Pacient je infekčný najmä v období kašľa, ak vykašľáva hlieny, infekčnosť je vyššia. Infekcia sa šíri vzduchom (kvapôčková infekcia) alebo dotykom (rukami).



AKO DLHO SA LIEČI ZÁPÁL PLŮC

Liečba zvyčajne trvá 2 - 3 týždne. Zotavenie môže trvať až mesiac.

POČAS LIEČBY JE POTREBNÉ DODRŽIAVAŤ

- * dostatočnú hygienu,
- * odpočinok na lôžku,
- * vyhýbať sa alkoholu a fajčeniu,
- * jesť pestrú stravu bohatú na vitamíny a minerály,
- * dostatočne piť.

Vhodné sú **minerálne vody a bylinné čaje podporujúce dýchacie cesty s obsahom senovky gréckej, skorocelu, slezovca, lipy a moruše.** Bylinky pomôžu upokojiť podráždené dýchacie cesty.

Spracoval: Oddelenie podpory zdravia a výchovy k zdraviu, RÚVZ so sídlom v Starej Ľubovni, Obrancov mieru 1, 064 01 Stará Ľubovňa,

tel. 052/42 80 106, <https://www.uvzsr.sk/web/ruvzsl>,

Zdroj: <https://world-heart-federation.org/world-heart-day/>; <https://etabietka.sk/supinky-na-kozi-alebo-psoriaza-ake-su-jej-priznaky-priciny-liecba>