

**Zatürre (Akciğer enfeksiyonu) nedir?**

Zatürre (tıbbi adıyla pnömoni) virüs, bakteri gibi etkenlerin yol açtığı, akciğer dokusunun tek veya iki taraflı enfeksiyonudur. Enfeksiyon, genellikle basit bir soğuk algınlığı, üst solunum yolu enfeksiyonu gibi başlar ve ilerler.

Zatürrenin adı anne babaları korkutsa da, riskli bazı gruplar dışında ayaktan tedaviyle yüz güldürücü sonuçlar alınan bir hastalıktır. Bağışıklık sistemi zayıf, iyi beslenememiş, kronik hastalıkları olan çocuklar, prematür bebekler, sigara dumanına maruz kalan çocuklar daha riskli gruplardır, zatürreyi ağır geçirebilir, tedavi için hastaneye yatmaları gerekebilir.

Çocuklarda zatürre etkenleri nelerdir?

Çocukluk çağı zatürrelerinin en sık görülen nedenleri bakteriyel ve viral ajanlardır. Bu etkenler yaş grubuna göre farklılık gösterir. Çocuklarda zatürreden sorumlu olan bakteriler *Streptococcus pneumoniae*, *Haemophilus influenzae*, *Grup A streptokoklar (GAS)*, *Grup B streptokoklar*, *Staphylococcus aureus*, *Mycoplasma pneumoniae* ve *Chlamydiae pneumoniae*'dir. Virüslerden ise *Respiratuar Sinsisyum Virus (RSV)*, *Parainfluenza tip3*, *Adenovirus*, *İnfluenza A* ve *B* sıklıkla zatürreye neden olurken kızamık ve suçiçeği, aşıyla önlenebilen, ciddi zatürreye neden olabilen diğer viral ajanlardır. Zatürre üşütmekten olmaz; aşırı üşütme ve soğukta kalma, direnci azaltarak zatürre oluşmasına etki eder.

Belirtiler Nelerdir?

- Ateş, titreme, üşüme, terleme
- Öksürük, balgam
- Göğüs / sırt ağrısı
- Hızlı nefes alıp verme
- Göğüste hırıltı
- Nefes alıp verirken göğüs duvarında içe çekilmeler
- Kusma, başağrısı, kas ağrısı
- Halsizlik, iştahsızlık

Zatürrenin en önemli bulgusu öksürük ve yüksek ateştir (koltuk altından bakılan ateşin 38 derecenin üzerinde olması). Ancak zatürre, iki ayın altındaki bebeklerde öksürük olmadan da ateş, huzursuzluk, sık nefes alma (sakinken dakikadaki solunum sayısının 60'ın üzerinde

olması), nefes tutma, morarma atakları, göğüs duvarında çekintiler ile kendini gösterebilir. Daha büyük çocuklarda bu bulgulara göğüs ağrısı, balgam çıkarma, halsizlik, baş ağrısı, karın ağrısı, kas ağrıları ve kırıklık da eşlik edebilir. Solunum sayısının 3-11 aylık çocuklarda 50/dakika, 1-5 yaş arasında 40/dakika, 5 yaş üzerinde 30/dakikanın üzerinde olması, zatürre tanısı için önemlidir.

Nasıl Bulaşır?

Hasta kişiyle yakın temasta, onun aksırık, öksürüğünden, aynı tabak, çatal, kaşığı kullanmakla bulaşır. Ancak, mikrobu alan herkeste zatürre görülmecektir, bazıları hafif bir üst solunum yolu enfeksiyonu geçirecektir.

Nasıl Tanı Konur?

Şikayetleri dinleyen doktor, muayeneden sonra akciğer filmi, kan testleri, balgam kültürü gibi testler isteyebilir.

Nasıl tedavi edilir?

Bakterilerin yol açtığı zatürreler antibiyotikle tedavi edilir. Çoğu hasta, antibiyotik tedavisini evde alabilir. Tedaviyi doktorun önerdiği süre boyunca almak, iyileşme görülünce kesmemek çok önemlidir. Viral kaynaklı zatürrelerde antibiyotik gerekli değildir, hastanın genel durumunu destekleyici tedaviler yapılır.

Solunum sıkıntısı, morarmaları olan hastalar hastaneye yatırılarak tedavi edilirler.

Bol sıvı alımını sağlamak iyileşmeye, balgamın atılmasına yardımcı olacaktır.

Doktor önerisi olmadan, rasgele öksürük şurubu kullanmak yarardan çok zarar verebilir. Öksürük, vücudun balgamı atmak için ihtiyaç duyduğu normal bir savunma mekanizmasıdır. Ağrı kesici, ateş düşürücüler bazen gerekli olabilir.

Korunma için neler yapabiliriz?

Çocukluk çağı aşıları; H.influenza tip B ve pnömokok gibi bazı zatürre etkenlerine karşı koruyucudur. Çocuklarda en sık zatürre etkeni olan pnömokoklara karşı 2 yaş altında kullanılacak pnömokok aşısı artık ülkemizde de mevcuttur. Grip aşısı da riskli çocuklar için yararlıdır. Çocuklarımızın aşılarının tam olmasını sağlamalıyız.

Çocukları, bebekleri sigara dumanına maruz bırakmamalıyız.

Anne sütü alan bebeklerin her tür enfeksiyona karşı daha korunaklı olduğunu unutmamalı, bebeklerimizi mümkün olduğunca anne sütüyle beslemeliyiz.

Çocuklarımızı hasta kişilerle temastan korumalı, enfeksiyonların sık görüldüğü mevsimlerde onları kalabalık ortamlarda bulundurmamaya gayret etmeliyiz.

Dengeli beslenmelerini sağlamalıyız.

Zatürre gelişimi açısından hangi çocuklar risk altındadır?

- Baştta sigara olmak üzere ev içi ve ev dışı hava kirliliği,
- Yaş (çocuğun yaşının iki yaşın altında olması),
- Düşük doğum ağırlığı,
- Anne sütü ile beslenememe,
- Beslenme yetersizliği
- D vitamini eksikliği,
- Düşük sosyo-ekonomik düzey,
- Kalabalık yaşam koşulları (aynı evde yaşayan birey sayısının fazla olması, iyi havalanmaması, kreş bakımı),
- Anne yaşının küçük ve annenin eğitim durumunun yetersiz olması,
- Altta yatan hastalığın olması (doğumsal kalp hastalığı, şeker hastalığı, vb),

Zatürre nasıl tedavi edilir?

Üç ayın altında zatürre tanısı konan her bebek hastaneye yatırılarak tedavi edilmelidir. Her yaş grubundaki çocuklar için; morarması olan, kalp yetmezliği olan, beraberinde başka önemli bir hastalığı olan, akciğer grafisinde ağır zatürre bulgusu olanlar da hastaneye yatırılarak tedavi edilirler. Hastanede damardan sıvı tedavisi, oksijen-solunum desteği, damardan antibiyotik tedavisi verilir, bu tedavinin süresi çocuğun durumuna göre değişmekle birlikte ortalama 7-10 gündür. Hafif şiddetteki zatürreli çocuklar ise ayaktan takip edilir; ağızdan veya kas içi uygulanan antibiyotikler, bazen de balgamı yumuşatan ilaçlar tedavide kullanılabilir. Tedaviye yanıt 48 saat sonra doktor tarafından değerlendirilir. Virüslerle meydana gelen zatürre tedavisinde antibiyotik tedavisinin yeri yoktur. Öksürük şurupları ve buhar tedavisi zatürre tedavisinde kullanılmamaktadır.

Zatürre tanısı alan çocuğun bakımında evde dikkat edilmesi gereken durumlar:

- Altı aylıktan küçük sadece anne sütü alan bebekler daha sık emzirilmelidir,
- 6 aylıktan büyük bebeklerde yaşına uygun olarak yüksek kalorili besinlerin verilmelidir,
- Anne sütü almayan bebeklere sık sık sıvı gıdalar verilmelidir.