

# फेफड़ों की सूजन

## Pneumonia

When you have pneumonia, the air sacs in the lungs fill with infection or mucus. Pneumonia is caused by a bacteria, virus or chemical. It is not often passed from one person to another.

होने पर हवा, वायरस या रसायन की वजह से हो सकता है। यह एक से दूसरे तक नहीं फैलता है।

### Signs of Pneumonia

- Breathing faster than normal or having trouble breathing
- Pain in the chest when breathing or coughing
- A cough with mucus that may be yellow, green, or rust colored
- Fever greater than 101 degrees Fahrenheit or 38 degrees Celsius
- Shaking or chills
- Sweating
- Headache
- Loss of appetite
- Feeling very tired
- Feel suddenly worse after a cold or the flu

### के संकेत

- तेज़ सांस लेना या सांस लेने में परेशानी होना
- सांस लेते या खांसी करते समय सीने में महसूस करना
- कफ़ का पीला, हरा या लाल-भूरा होना
- बुखार का 101 फ़ारेनहाइट या 38 होना
- कांपना या ठंड लगना
- पसीना आना
- भूख न लगना
- बहुत थकान महसूस करना
- ठंडी या बुखार की वजह से खराब होना

### Your Care

Your doctor will listen to your lungs. You may have a chest x-ray and a sample of your mucus checked for bacteria or virus germs called a sputum culture.

- You may get antibiotics as pills or in an IV (intravenous). Take the pills as directed. Take all of the medicine until it is gone even if you feel better.

### आपकी देखभाल

आपका आपके फेफड़े की जाँच करेगा। आपको अपने सीने का एक्स-रे कराना होगा और या वायरस रोगाणु की जांच (थूंक जांच) करने के लिए अपने कफ़ का नमूना देना होगा।

- गोली या के में आपको दी जा सकती है। की सलाह अनुसार गोली का सेवन करें। दवा होने तक उनका सेवन करते रहें, भले ही आप ठीक हो गए हों।

- You may be given medicine to ease chest pain or coughing. Take the medicine as directed.
- Oxygen may be given as a part of your care.
- You are asked to cough and deep breathe every 2 hours while awake to remove mucus.
- Spit any mucus you cough up into a tissue and throw it away. Do not swallow it. Wash your hands with soap and water to get rid of germs.
- Rest often.
- Drink 8 or more glasses of liquids each day.
- Eat a healthy diet.
- Do not smoke.
- Follow-up with your doctor within 7 days, **even if you are feeling better.**

To limit your risk of pneumonia, get a flu shot every fall. You can get pneumonia from the flu. Talk to your doctor about getting a pneumonia vaccine in addition to your flu vaccine.

## Protect Others from Infection

To protect others:

- Stay away from people as much as possible to prevent the spread of pneumonia.
- Wash your hands often with soap and water or use an alcohol based hand sanitizer.
- Avoid touching your eyes, nose or face and then touching other surfaces. This can spread germs. Clean surfaces often to kill germs.
- Wash clothing in very hot water to kill germs.

- सीने के या खांसी को कम करने के आपको दवा दी जा सकती है। की सलाह अनुसार दवा का सेवन करें।
- आपके उपचार में देना भी हो सकता है।
- कफ़ को ख़ करने के लिए आपको हर 2 घंटे बाद खांसी करने और गहरी सांस लेने के कहा जा सकता है।
- खांसते समय मुँह पर कागज़ के लगाएं और उसके बाद उस कफ़ लगे उस को फेंक दें। कफ़ को नहीं। रोगाणुओं से बचने के लिए साबुन और पानी से अपने हाथों को धोएं।
- से आराम करें।
- हर 8 या उससे पानी।
- आहार का सेवन करें।
- न करें।
- बेहतर महसूस करने पर भी 7 के भीतर अपने डॉक्टर से मॉलें।

बीमार होने के बाद बुखार वाले ले ताक के ख़तरे को कम जा सके। बुखार से आपको न होने का ख़तरा हो सकता है। बुखार का टीका लेने के साथ ही का टीका लेने के अपने की सलाह ले।

## इसे दूसरों में फैलने से बचाएं

दूसरों में फैलने से बचाने के लिए:

- नमिनयिा को फैलने से बचाने के लिए जतिना हो सके लोगो से दूर रहे।
- साबुन और पानी से अपने हाथों को धोएं या अल्कोहल वाले हैंड सैनिटाइज़र का इस्तेमाल करें।
- अपनी आंखों, नाक या चेहरे को छूने के बाद अन्य किसी सतह को छूने से बचे। इससे रोगाणु फैल सकते हैं। रोगाणुओं को ख़त्म करने के लिए सतहों को साफ़ रखें।
- रोगाणुओं को ख़त्म करने के लिए कपड़ों को बहुत ही गर्म पानी से धोएं।

## Call your doctor right away if you have:

- More problems with breathing
- A higher fever or your fever lasts more than 1 to 2 days
- Confusion
- An increase in chest pain
- Nausea and vomiting

## Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

## इनमें से कोई भी तकलीफ़ होने पर अपने डॉक्टर से तुरंत मर्लें:

- सांस लेने में तकलीफ़ होने पर
- ज़्यादा बुखार होने पर या बुखार के 1 या 2 दिनों से अधिक रहने पर
- उलझन होने पर
- सीने का दर्द बढ़ने पर
- जी और

अगर आपके कोई सवाल या चिंताएं हों तो अपने या से बात करें।