



Atentados UEFA confirma Euro2016 em França nos moldes fixados // PSD quer um executivo "em plenitude de funções" e rejeita que seja do PS // Jorge Lima/José

FAMOSOS

FUTEBOL, ETC.

ENTRETENIMENTO

ATUALIDADE

SAÚDE & BELEZA

SABORES

VÍDEOS

SHOPPING

SIGA-NOS TAMBÉM NO



Fique a par de todas as novidades e notícias do momento!

NEWSLETTER

Subscreva a Newsletter e receba as novidades e ofertas exclusivas da Impala.

insira o seu e-mail

SUBSCREVER

INQUÉRITO

Acha que a ida de Casillas para o FCP é um retrocesso na carreira?

Sim
 Não

ver resultados

VOTAR

HORÓSCOPO



Escorpião

24/10 - 22/11

Semana pontuada por dificuldades e algum nervosismo. Para que tome uma posição correta, aguarde. Só posteriormente e de cabeça fria deve avançar. O bom ambiente que reina no seu local de trabalho será uma mais-valia para poder partilhar as suas ideias.

ver outros signos

SAÚDE

Pneumonia

Vacinar é o melhor remédio



20h15 // 16 novembro 2015 // Ana // 9 visualizações

Apesar de não ser sazonal, esta doença tem maior incidência na época das gripes. Com consequências graves, a pneumonia é uma das principais causas de morte evitáveis através de vacinação.

Responsável por cerca de três milhões de mortes por ano em todo o mundo, a pneumonia pode afetar doentes de todas as idades, em especial os mais jovens e os mais idosos. Neste sentido a Associação Portuguesa de Pneumologia (SPP) lançou uma campanha dirigida a toda a população, sobretudo a pessoas com mais de 65 anos ou que, a partir dos 50 pertençam a grupos de risco, com uma mensagem clara: a vacinação pneumocócica é a melhor forma de prevenir a pneumonia. De acordo com Carlos Robalo Cordeiro, presidente da SPP, "a imunização na idade adulta é uma das nossas principais preocupações pelo que apela à vacinação antipneumocócica numa faixa etária em que a doença se manifesta, sobretudo, sob a forma de pneumonia, uma das principais causas de morte preveníveis através de vacinação. Em Portugal, só nos hospitais, mata uma média de 23 pessoas por dia, mas a maioria poderá ser evitada". Administrada numa única dose, tem-se comprovado que a eficácia protetora desta vacina oscila entre os 60-80 por cento nas pessoas a ela sujeitas.

Quem pode ser afetado?

- Pessoas com problemas de saúde como Diabetes, Asma, Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) e Doença Cardíaca Crónica.
- Pessoas com dificuldade em tossir e deglutir, doentes acamados ou com mobilidade reduzida.

Quais são os sintomas?

- Tosse com expectoração, febre, calafrios, falta de ar, dor no peito quando se inspira fundo, vômitos, perda de apetite e dores no corpo.
- Cenários de gripe que não apresentem melhorias ou que piorem progressivamente.

Como se pode defender?

- A vacinação é a melhor forma de prevenir a pneumonia.
- Se fuma, deixe de fumar.
- Durante o inverno, evite aglomerados de pessoas.
- Proteja-se do frio.
- Tenha uma alimentação saudável.
- Lave sempre bem as mãos.

- imprimir
- enviar
- adicionar favoritos
- partilhar
- comentar

classificar
0,0 (0)

MENSAGENS



▪ Lave sempre bem as mãos.

O QUE ELES DIZEM...