

Lungenentzündung: Auch im Sommer sollten wir uns schützen

Im Winter sehnen wir uns den Sommer herbei. Nicht nur wegen der wärmeren Temperaturen und der längeren Tage, auch Erkältungskrankheiten treten im Sommer seltener auf. Die Lungenentzündung macht jedoch keine Sommerpause. Wie wir uns schützen können, erklärt die Stiftung Gesundheitswissen.

Was ist eine Lungenentzündung?

Eine Lungenentzündung, auch Pneumonie genannt, ist eine akute Erkrankung der unteren Atemwege. Dabei sind vor allem die Lungenbläschen und das dazwischenliegende Gewebe entzündet. Eine Lungenentzündung geht oft mit hohem Fieber, Husten und Atembeschwerden einher. Ein schwerer Verlauf kann sich durch starke Luftnot sowie Sauerstoffmangel äußern und kann lebensbedrohlich werden. Treten diese oder auch andere Symptome wie Bewusstseinstrübungen, Teilnahmslosigkeit, Verwirrtheit oder Desorientierung auf, sollte die Person schnellstmöglich ärztlich untersucht werden.

Wie entsteht eine Lungenentzündung?

Lungenentzündungen werden meist durch Bakterien verursacht, insbesondere durch Pneumokokken. Aber auch durch andere Bakterien, wie z. B. Mykoplasmen, Haemophilus influenzae oder Legionella pneumophila. Eine Lungenentzündung kann aber auch andere Ursachen haben. Dazu gehören beispielsweise nicht-infektiöse Ursachen wie das Einatmen von Giftstoffen, eine Strahlentherapie oder bestimmte Medikamente. Aber auch Viren, wie das Grippevirus, können eine Lungenentzündung verursachen. Laut dem aktuellen [Grippe-Web-Bericht](#) des Robert Koch-Instituts (RKI) gibt es derzeit in Deutschland etwa 2,5 Millionen Neuinfektionen akuter Atemwegserkrankungen. Aus diesem Grund sollte man sich auch im Sommer vor Erkältungen, Grippeinfektionen sowie einer Lungenentzündung zu schützen.

Wie kann ich mich vor einer Lungenentzündung schützen?

Da Lungenentzündungen hauptsächlich durch Bakterien und Viren entstehen, geht es beim Schutz um die Reduktion der Ansteckungsgefahr. Schutzmaßnahmen für sich und andere sind zum Beispiel regelmäßiges Händewaschen und das Niesen und Husten in Einwegtaschentücher. Um das Immunsystem zu stärken sind eine gesunde Lebensweise mit ausreichend Schlaf und einer abwechslungsreichen Ernährung wichtig. Gegen Pneumokokken gibt es zudem eine Schutzimpfung, die vor allem für Menschen ab 60 Jahren sowie Menschen mit bestimmten Krankheiten empfohlen wird.

Alle Informationen zum Thema Lungenentzündung finden Sie hier:

[Lungenentzündung – was ist das und wie schütze ich mich?](#)