

بنام خداوند جان و خرد
بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا
بخش آموزش به بیمار

سکته قلبی



آدرس : شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا،

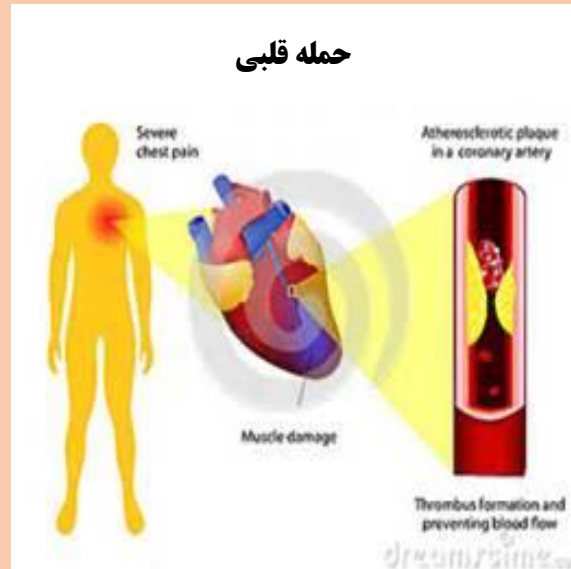
بیمارستان دنا

تلفن : 36490411-17

فاکس : 36490433



حمله قلبی



شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	سکته قلبی
تهیه کننده	مجید اسدی
سمت	کارشناس پرستاری
تایید کننده	دفتر آموزش به بیمار
بازنگری	تابستان 1400
ناظر کیفی	دفتر آموزش به بیمار
تحت نظارت و مشاوره دفتر مدیریت کیفیت بیمارستان دنا	

منابع :

برونر و سودارث



* در صورت افزایش وزن، وزن خود را کاهش دهید.
* مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین (چای - قهوه ...) را محدود کنید.

* به نوعی تفریح مناسب بپردازید که فشار عصبی را کاهش دهد.

* هر روز راه بروید و فاصله راه رفتن را طبق دستور پزشکتان افزایش دهید.

* از ورزش بلافاصله بعد از مصرف غذا خودداری کنید.

* در صورت فشار یا درد قفسه سینه که در مدت 15 دقیقه بعد از مصرف نیتروگلیسیرین برطرف نمی شود به نزدیکترین مرکز اورژانس اطلاع دهید.

* قرص زیرزبانی را همیشه همراه خود داشته باشید و در مواقع درد قفسه سینه و یا قبل از انجام فعالیت هایی که باعث ایجاد درد می شود از آن استفاده کنید. علائم زیر را به پزشکتان اطلاع دهید.

* تنگی نفس

* غش و سنکوپ

* ضربان قلب کند یا تند

* تورم پاها و مچ پاها

نکته مهم: بیمار دیابتی در صورتی که دچار سکت قلبی شود ممکن است چندان از درد شکایت نکند.



درمان

اقدامات درمانی شامل: اقدامات دارویی - درمان با اکسیژن - و استفاده از مسکن می باشد که همگی باید تحت نظر مستقیم پزشک انجام شود.

بیمار سکت قلبی باید چه چیزهایی را رعایت کند:

* از انجام فعالیت هایی که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس یا خستگی بی مورد می شود خودداری کنید.

* بین کار و فعالیت به استراحت بپردازید، کمی خستگی طبیعی است و در دوران نقاهت انتظار می رود.

* در برنامه ریزی فعالیت های روزانه کارهای سبک و سنگین را بطور متناوب انجام دهید.

* 2-3 هفته از رانندگی اجتناب کنید.

* **از مصرف دخانیات جداً بپرهیزید.**



* قبل از انجام نزدیکی، برای

پیشگیری از حملات در حین و پس از مقاربت می توانید از قرص زیر زبانی استفاده کنید.

* از انجام فعالیت جنسی در زمان خستگی و پس از خوردن غذای سنگین خودداری کنید.

* از نرم کننده های مدفوع برای جلوگیری از زور زدن در هنگام اجابت مزاج استفاده کنید.

* از روغن ماهی، زیتون، ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده نمایید.

* به جای سرخ کردن غذا از کباب یا بریان کردن یا آب پز کردن استفاده کنید.

* برای طعم دادن به غذا به جای نمک از آبلیمو، سرکه، میوه و سبزیجات معطر استفاده نمایید.

* استفاده از غذاهایی مانند سویا، کلم، لوبیا سبز و قرمز، نان گندم، برنج سبوس دار، جو، سیب گلابی، می تواند در کاهش

کلسترول موثر باشد.

سکته قلبی

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمت هایی از عضله قلب از بین می روند. این حالت در نتیجه تنگی یا انسداد رگ های قلب به وجود می آید.

علائم و نشانه های اولیه بیماری

- درد ناگهانی و معمولاً در قسمت پایین استخوان جناغ و بالای شکم.
- درد سکت قلبی سنگین و فشار دهنده است و امکان دارد به شانه ها، بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار پیدا کند. درد سکت قلبی خود به خود شروع و چند ساعت تا چند روز ادامه و با استراحت یا نیتروگلیسیرین برطرف نمی شود.
- * نبض سریع نامنظم، ضعیف یا حتی غیر قابل



درد قفسه سینه

لمس

• تنگی نفس

• رنگ پریدگی

• عرق سرد

• سرگیجه یا احساس سبکی سر

• تهوع و استفراغ

• خستگی غیر عادی و شدید

چه عواملی باعث افزایش خط حمله قلبی می شود:

* کشیدن سیگار

* رژیم پرچربی

* تاریخچه خانوادگی سکت قلبی اخیر

* دیابت

* داروهای ضد بارداری

* فشار خون بالا

* مردان مسن یا زنانی که وارد دوران یائسگی شدند

* سوء مصرف کواکابین یا آمفتامین

