

مراقبت در تائیکاردی فوق بطنی (PSVT)

- ❖ از انجام مانور والسالوا اجتناب کنید . (مانور والسالوا به معنی نگه داشتن نفس در حین تغییر وضعیت در تخت است، زور زدن در موقع اجابت مزاج)
- ❖ استرس در تشدید بیماری نقش بسزایی دارد و عوامل استرس زا را در زندگی خود بشناسید. در صورت لزوم بیمار را به روانپزشک و مراکز حمایتی در این زمینه مراجعه نمایید.
- ❖ اهمیت ترک سیگار و اثرات نیکوتین روی سیستم قلب سیگار باعث سریع کار کردن قلب شده و عروق خونی را تنگ کرده و اکسیژن رسانی به قلب را کاهش میدهد .
- ❖ اقدامات لازم در زمان ایجاد حمله
- ❖ سعی کنید به خودتان مسلط باشید و استرس نداشته باشید.
- ❖ با اورژانس 115 تماس بگیرید و یا به اولین مرکز درمانی نزدیک محل سکونت خود مراجعه نمایید.
- ❖ از راه رفتن خودداری نمایید زیرا احتمال دارد فشار شما کاهش یابد و به زمین بخورید.
- ❖ اجازه دهید پزشکان درمان شما را انجام دهند.
- ❖ از خود درمانی و مصرف دارو بدون تجویز پزشک خودداری نمایید.

در صورت داشتن سوال ساعت 7:30-9:30 و 12:30-13:30 روزهای غیر تعطیل با واحد مراقبت در منزل (33162235) تماس بگیرید.

دارو های مصرفی

پیگیری پس از ترخیص

رژیم غذایی

از یک رژیم غذایی سالم شامل میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چربی پیروی کنید. مصرف روزانه نمک را کاهش دهید و به میزان نمک (سدیم) موجود در مواد غذایی بسته بندی شده توجه ویژه ای داشته باشید. از مصرف بیش از اندازه کافئین خودداری کنید. در صورتی که افزایش وزن دارید، جهت کاهش وزن با کارشناس تغذیه مشورت کنید.

وضعیت حرکتی

- ❖ قبل از کار و غذا ورزشهای سبک انجام دهید.
- ❖ ورزش و فعالیت منظم جهت کاهش وزن، تنظیم قند خون، کنترل استرس و... نقش موثری دارد.
- ❖ از فعالیت در محیطهای خیلی گرم یا سرد خودداری کنید.

زمان مراجعه بعدی

- ❖ در صورتی که علائم زیر ایجاد شد به پزشک مراجعه کنید:
 - ✓ طپش قلب
 - ✓ کاهش فشار خون
 - ✓ تنگی نفس
 - ✓ سنکوپ
- ❖ به طور منظم جهت کنترل بیماری به پزشک معالج مراجعه نمایید.



بیمارستان حضرت
فاطمه الزهرا
(س) مهریز

واحد ارتقا سلامت
کد سند: PA/Ho/55

نام و نام خانوادگی بیمار
سن بخش

امضا بیمار

مهر و امضا پزشک

مهر و امضا پرستار