



بیمارستان حضرت
فاطمه الزهرا
(س)مهریز

واحد ارتقا سلامت
کد سند: PA/Hp/48

نام و نام خانوادگی بیمار

سن بخش

امضا بیمار

مهر و امضا پزشک

مهر و امضا پرستار

لیست داروهای مصرفی

نام دارو	طریقه مصرف

داروهای مصرفی

زمانی که قرص نیتروگلیسرین مصرف می کنید نکات زیر را رعایت کنید :

- ✓ در تمامی اوقات قرص نیترو گلیسرین را همراه داشته باشید.
- ✓ همیشه از قرص تازه استفاده کنید زیرا در عرض 3-6 ماه اثر خود را از دست میدهد.
- ✓ قرصها را در شیشه تیره رنگ با درب بسته نگهداری کنید.
- ✓ ظرف قرص را خیلی به بدن نزدیک نکنید زیرا دمای بدن باعث بی اثر شدن آن میشود.
- ✓ قرص تازه بعد از قرار گرفتن زیر زبان احساس سوزش زیر زبان ایجاد میکند.

از مصرف داروهای متفرقه به ویژه مسکنها اجتناب کنید .
داروها طبق دستور پزشک و در فواصل منظم مصرف شود .
دوره درمان را کامل کنید و از قطع و یا افزایش داروها بدون اجازه پزشک خودداری نمایید .

در زمان رفتن به مسافرت داروهای خود را به اندازه کافی به همراه داشته باشید .
قبل از اتمام داروها به پزشک مراجعه نمایید .

مراقبت در ایسکمی قلبی (IHD)

- ❖ در صورت ایجاد درد، به روش زیر عمل کنید: باید کلیه فعالیتهای خود را متوقف کنید و بنشینید و قرص نیتروگلیسرین را سریعاً زیر زبان قرار دهید و تا قطع کامل درد استراحت کنید .
- ❖ برای تسریع در شروع اثر در موارد شدید میتوان قرص را زیر دندان خرد کرد، از بلع بزاق باید خودداری کنید .در صورت امکان برای جلوگیری از کاهش فشارخون وضعیتی دراز بکشید.
- ❖ در موقع درد میتوانید تا 3 قرص را به فاصله 5-10 دقیقه زیر زبانی مصرف کنید .اگر درد کاهش نیافت یا شدید شد به اورژانس مراجعه کنید .
- ❖ از انجام مانور والسالوا اجتناب کنید .مانور والسالوا به معنی نگه داشتن نفس در حین تغییر وضعیت در تخت و زور زدن در موقع اجابت مزاج میباشد .
- ❖ استرس یا فشارهای روحی روانی در تشدید بیماری نقش بسزایی دارد .این عوامل را در زندگی خود بشناسید .در صورت لزوم به روانپزشک و مراکز حمایتی در این زمینه مراجعه نمایید.
- ❖ به علت عوارض شدید عفونتها، ترجیحاً هر سال علیه آنفلوآنزا واکسن بزنید.

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.



بیمارستان حضرت
فاطمه الزهرا
(س) مهریز
واحد ارتقا سلامت

نام و نام خانوادگی بیمار

سن بخش

امضا بیمار

مهر و امضا پزشک

مهر و امضا پرستار

زمان مراجعه بعدی

- ❖ حمله قلبی، درد قفسه صدری، علیرغم استراحت و درمان با نیتروگلیسرین، و در صورتی که این درد بیش از 10-15 دقیقه طول بکشد.
- ❖ اگر با درد قفسه صدری از خواب بلند میشوید و درد با یک قرص نیتروگلیسرین برطرف نمیشود. اگر این حملات ادامه یافت، حتماً به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ❖ اگر حمله درد قفسه صدری متفاوت با گذشته یا شدیدتر از حد معمول است به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ❖ به طور منظم جهت کنترل بیماری به پزشک معالج مراجعه نمائید.

پیگیری پس از ترخیص

وضعیت حرکتی

- ❖ بهتر است شروع انجام فعالیت فیزیکی، بازگشت به کار، رانندگی با نظر پزشک معالج انجام شود.
- ❖ ورزش و فعالیت منظم جهت کاهش وزن، تنظیم قند خون، کنترل استرس یا فشارهای روحی روانی و... نقش موثری دارد. میزان انجام فعالیت‌های ورزشی را با نظر پزشک تنظیم کنید. از فعالیت در محیط‌های خیلی گرم یا سرد خودداری کنید.
- ❖ از انجام فعالیت‌های شدید و خسته‌کننده و ورزش‌های سنگین مانند وزنه برداری و... پرهیز کنید.

رژیم غذایی در ایسکمی قلب

- ❖ از مصرف انواع دخانیات، الکل و میزان زیاد مواد کافئین دار مانند چای و قهوه و ... خودداری کنید.
- ❖ از رژیم غذایی پرفیبر نظیر میوه و سبزیجات استفاده نمایید زیرا نه تنها از یبوست و زور زدن جلوگیری میکند، بلکه تعداد و شدت حملات درد سینه را کاهش میدهد.
- ❖ مصرف نمک را محدود کنید. غذا را بدون نمک طبخ و نمک سر سفره را حذف کنید.
- ❖ از مصرف مایعات زیاد به ویژه پشت سر هم (مثلاً صرف چند لیوان چای، آب و ... پشت سر هم) پرهیزید.
- ❖ از خوردن غذاهای سنگین و نفاخ و دیر هضم مانند سوسیس و کالباس خودداری نمایید.
- ❖ از مصرف غذاهای پرچرب، روغن‌های حیوانی خودداری کنید.
- ❖ طبق مشاوره تغذیه رژیم غذایی خود را تنظیم نمایید.

اقدام تشخیصی و درمانی	وضعیت انجام	پیگیری	نتیجه
اکو			
تست ورزش			
اسکن هسته ای قلب			
CT آنژیوگرافی			
آنژیوگرافی			