



بیمارستان حضرت
فاطمه الزهرا
(س) مهریز

واحد ارتقا سلامت
کد سند: PA/HP/54

نام و نام خانوادگی بیمار

سن بخش

امضا بیمار

مهر و امضا پزشک

مهر و امضا پرستار

لیست دارو های مصرفی

نام دارو	طریقه مصرف

دارو های مصرفی

- ❖ داروهای ادرارآور (دیورتیک ها) مانند فورزماید برای کاهش تجمع مایع در بدن و تورم اندامها و داروهای دیژیتال مانند دیگوکسین برای تقویت و تنظیم ضربان قلب تجویز میشود.
- ❖ داروهای ضد نامنظمی ضربان قلب برای منظم کردن ضربان قلب تجویز میشود (مانند متورال، کارودیلول).
- ❖ داروهای گشاد کننده عروق برای کاهش فشار خون، حتی اگر فشار خون طبیعی باشد (مانند هیدرالازین، آمیلودیپین، دیلتیازم، وراپامیل).
- ❖ داروهای مهار کننده آلدسترون جهت جلوگیری از پیشرفت بیماری قلبی تجویز می شود (مانند اسپیرولاکتون).
- ❖ داروهای مهار کننده آنژیوتانسین جهت جلوگیری از پیشرفت بیماری قلبی تجویز می شود (مانند لوزارتان، کاپتوپریل، والزارتان).
- ❖ دوره درمان را کامل و جهت تجویز مجدد دارو به پزشک مراجعه تا با وضعیت کنونی شما دوز دارو را تغییر دهد و از مصرف خودسرانه مسکن خودداری کنید.

پیگیری پس از ترخیص

مراقبت در نارسایی قلبی

- ❖ در طی دوره های استراحت پاهای خود را به منظور جلوگیری از ورم بالا ببرید و در طی روز از جوراب های مخصوص استفاده نمایید.
- ❖ در مرحله حاد در وضعیت نشسته یا نیمه نشسته قرار بگیرید.
- ❖ در معرض هوای خیلی گرم یا خیلی سرد قرار نگیرید.
- ❖ کنترل علائم و وزن روزانه، محدودیت دریافت نمک، عدم دریافت مایع اضافه، پیشگیری از عفونت با ایمن سازی نسبت به آنفولانزا و پنوموکوک، عدم مصرف الکل و دخانیات (سیگار، تنباکو) و مشارکت در ورزش منظم، همه در پیشگیری از بدتر شدن نارسایی قلبی کمک کننده اند.

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

وضعیت حرکتی

- ❖ زمانی که بیماری تحت کنترل در آمده از استراحت طولانی مدت در بستر اجتناب نموده و فعالیت فیزیکی 40-45 دقیقه در روز داشته باشید.
- ❖ برنامه ورزش باید شامل 10-15 دقیقه فعالیت جهت گرم کردن باشد که پس از آن حدود 30 دقیقه ورزش با شدت بیشتر تجویز میشود.
- ❖ از فعالیت بدنی غیر ضروری (مثل بالا رفتن از راه پله) تا زمانی که بیماری تحت کنترل در نیامده، خودداری کنید.
- ❖ از انجام فعالیت‌های فیزیکی بیرون از منزل در محیط‌های خیلی گرم، خیلی سرد یا هوای مرطوب اجتناب کنید.
- ❖ مطمئن شوید قادر هستید حین فعالیت فیزیکی صحبت کنید. اگر نتوانستید این کار را انجام دهید شدت فعالیت خود را کاهش دهید.
- ❖ اگر حین فعالیت تنگی نفس، درد یا سرگیجه رخ داد فعالیت فیزیکی خود را کم کنید.
- ❖ فعالیت‌های خود را با حرکات ملایم ختم کنید و یک دوره آرامش داشته باشید و از انجام فعالیت‌های سنگین و کار زیاد اجتناب نمایید.

زمان مراجعه بعدی

در صورت تب، دردهای عضلانی، سردرد و سرگیجه، بدتر شدن علائم، بخصوص تند یا نامنظم شدن ضربان قلب یا بروز خس خس سینه در شب، سرفه همراه با زیاد شدن خلط یا خونی (صورتی) شدن آن، افزایش وزن به میزان حدود 1.5-2 کیلوگرم در عرض 1-2 روز و تنگی نفس، خستگی، بی‌قراری به اورژانس مراجعه نمایید.

رژیم غذایی در نارسایی قلبی

- ❖ از مصرف انواع دخانیات، الکل و میزبان زیاد مواد کافئین دار مانند چای و قهوه و ... خودداری کنید.
- ❖ مصرف روزانه نمک را کاهش دهید. به میزان نمک (سدیم) موجود در مواد غذایی بسته بندی شده توجه ویژه ای داشته باشید.
- ❖ از یک رژیم غذایی سالم شامل میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چربی پیروی کنید.
- ❖ اگر چاق هستید، وزن خود را کم کنید، اما از داروهای کاهش دهنده اشتها استفاده نکنید. این داروها ممکن است خود باعث بدتر شدن اختلالات ضربان قلب شوند.
- ❖ 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			