



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
سازمان مدیریت و برنامه ریزی

بیمارستان فاطمه الزهراء (س) مهریز

کد سند : PA/HC/18



سکته قلبی

تهیه کننده : فاطمه زارع بیدکی
واحد ارتقا سطح سلامت
زهره حکومتی
واحد مراقبت در منزل

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

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

*استفاده از غذاهایی مانند سویا، کلم ،لوبیاسبز و قرمز، نان گندم، برنج سبوس دار، جو،سیب ، گلابی می تواند در کاهش کلسترل موثر باشد.

*مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین را محدود کنید.

*هر روز راه بروید و فاصله راه رفتن را طبق مشاوره پزشک افزایش دهید.

*از ورزش بلافاصله بعد از مصرف غذا خودداری کنید.

*معمولا یک ماه بعد از بیماری مسافرت با هر وسیله بلامانع است(مگر مواردی که پزشک منع کند).

*در صورت فشار یا درد قفسه سینه که در مدت ۱۵دقیقه بعد از مصرف نیتروگلیسرین بر طرف نمیشود با نزدیکترین ۱۱۵ تماس بگیرید.

*قرص زیر زبانی را همیشه همراه خود داشته باشید و در مواقع درد سینه و یا قبل از انجام فعالیتهایی که باعث ایجاد درد می شود از آن استفاده کنید.

علائم زیر را به پزشک اطلاع دهید:

۱-تنگی نفس

۲-غش و سنکوب

۳-ضربان قلب تند و کند

۴-تورم پاها و مچ پاها

بیماران قلبی چه مواردی را باید رعایت کنند؟

*از انجام فعالیتهایی 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.

*۳-۲ هفته از رانندگی اجتناب کنید.

*معمولا بعد از یک ماه می توان مقاربت انجام داد.

*قبل از انجام مقاربت برای جلوگیری از حملات در حین و پس از مقاربت می توانید از قرص زیر زبانی استفاده نمایید.

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

*روزی ۳-۴ بار غذا بخورید.

*از خوردن غذایی زیاد و عجله در غذا خوردن خودداری کنید.

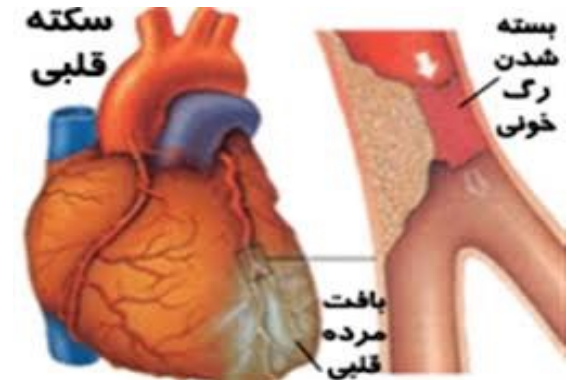
*جهت جلوگیری از یبوست میوه و سبزیجات استفاده کنید.

*در صورت یبوست طبق دستور پزشک از ملین استفاده گردد.

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

سکته قلبی

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمتهای از عضله قلب از بین می روند. این حالت اغلب بدین دلیل رخ می دهد که سرخرگهای تامین کننده خون عضلات قلب به دلیل رسوب چربی، کلسترول و سایر مواد که پلاک نامیده می شوند، به تدریج ضخیم تر، سفت تر و تنگ تر می شوند. اگر پلاک جدا شود و لخته خون تشکیل گردد، جریان خون دچار انسداد شده و حمله قلبی رخ می دهد.



علائم سکته قلبی

برخی از حملات قلبی ناگهانی و شدید هستند. اما اکثر آنها به آهستگی آغاز می شوند و با درد یا ناراحتی خفیف همراه می باشند.

- درد ناگهانی و معمولا در قسمت پایین استخوان جناغ و بالای شکم

• درد

سکته قلبی سنگین و فشار دهنده است. خود بخود شروع و چند ساعت تا چند روز ادامه دارد و با استراحت یا نیتروگلیسرین بر طرف نمی شود.

• احساس درد یا ناراحتی در یک یا هر دو بازو، پشت، گردن، فک یا معده

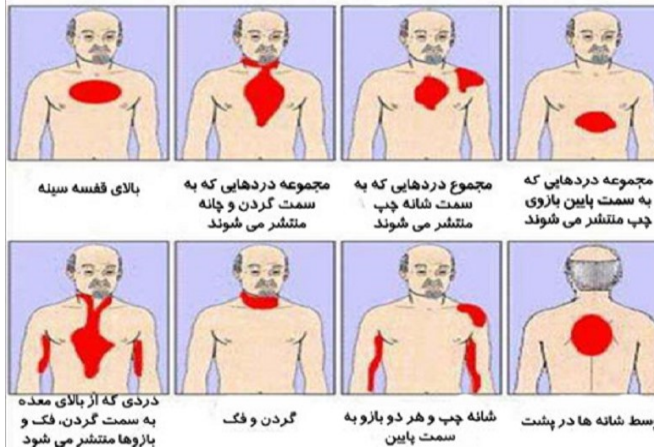
• تنگی نفس با یا بدون احساس ناراحتی در قفسه سینه

• رنگ پریدگی

• سرگیجه یا احساس سبکی سر

• تهوع و استفراغ

محل های درد قفسه سینه در حین آنژین یا سکته



((بیمار مبتلا به دیابت در صورتی که دچار سکته قلبی شود ممکن است چندان از درد شکایت نکند))

اگر شما یا یکی از همراहतان دچار ناراحتی در قفسه سینه می باشید، بخصوص اگر یک یا تعداد بیشتری از علائم ذکر شده را دارید با ۱۱۵ تماس بگیرید.

درمان سکته قلبی

هدف از درمان به حداقل رساندن صدمه به عضله قلب، حفظ عملکرد عضله قلب و پیشگیری از عوارض می باشد.

درمان دارویی:

۱- ترومبولیتیک ها (حل کننده لخته): ممکن است لخته را حل کند اما هیچ گاه اثری روی ضایعه آسیب دیده ندارد.

۲- ضد دردها: کنترل درد و کاهش بار قلب و عدم نیاز به اکسیژن بیشتر قلب

۳- مبدل های آنژیوتانسین

*اقدام اورژانسی آنژیوگرافی و بالن کرونر (PCI)

برای باز کردن شریان بسته شده در سکته قلبی حاد و بهبود خونرسانی مجدد به ناحیه محروم از اکسیژن به کار می رود.