

(انفارکتوس قلبی) یا سکته قلبی

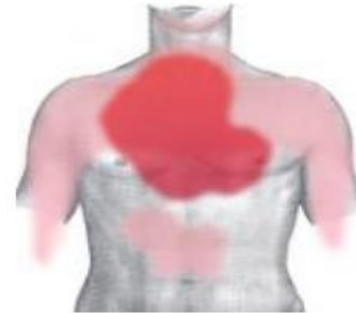
معمولا به علت گرفتگی عروق قلبی و قطع ناگهانی جریان خون و اکسیژن به عضله قلب اتفاق می افتد . بنابراین آشنایی با علائم این بیماری بسیار مهم است . علائم سکته قلبی درد قفسه سینه که دردی بسیار شدید و بیشتر از ۲۰ دقیقه طول می کشد و همراه با تهوع و استفراغ است و معمولا فشار خون بالا می رود . بنابراین باید بلافاصله به اورژانس یک بیمارستان مراجعه نمایید تا اقدامات لازم در شما اجرا گردد.



۱

توجه :

شایان ذکر است که درد قفسه سینه ، از ناحیه گردن و چانه تا ناف ، قسمت پشت کتف و بازوها را شامل می شود و شما هر دردی در این نواحی را باید درد قلبی در نظر بگیرید تا خلأش ثابت شود .



تصویر مناطق احتمالی درد قفسه صدری سینه (مناطق پر رنگ تر بیشتر شایع هستند)



تصویر پشت

۲

مراقبت ها و آموزش

هدف از باز توانی این بیماران اینست که بیمار یک زندگی متعادل داشته باشد و احساس بی کفایتی ننماید . بنابراین از انجام کارهایی که روی سلامتی شان تاثیر نامطلوب دارد ، پرهیز نمایند و شیوه مناسبی در روند زندگی خود از نظر رژیم غذایی ، عدم مصرف سیگار و الکل ، ورزش در حد تحمل و ... داشته باشند .



❖ رژیم غذایی این افراد باید کم نمک ، کم چرب و کم حجم باشد و از سه وعده به پنج وعده با حجم کم ولی مقوی افزایش یابد و شبها غذای کم و سبک بخورید و از پر خوری جلوگیری نمایید . از مصرف روغن های جامد خودداری کرده و تا حد امکان از روغن های مایع مانند روغن زیتون آفتابگردان استفاده نمایید . تا جاییکه امکان دارد که از خوردن گوشت قرمز پرهیزید و بیشتر از گوشت سفید (ماهی و مرغ) و ترجیحا به صورت آبپز استفاده نمایید .

۳



پزشک متخصص قلب و عروق
دانشگاه علوم پزشکی شهرداری شهید رجایی

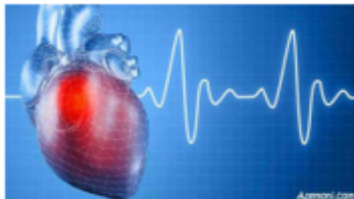
بیمارستان امام خمینی (ره) کلیبر

گروه هدف: بیمار

MI

(انفارکتوس قلبی)

یا سکته قلبی



واحد آموزش سلامت

تاریخ تدوین: بهار ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۳

❖ قرص نیتروگلیرین زیرزبانی (TNG) را همیشه همراه داشته باشید. (قرص در جای خشک و خنک و به دور از نور نگهداری شود).

❖ در هنگام درد قفسه سینه از مصرف مواد مخدر پرهیز نمایید چرا که از نظر علمی به هیچ وجه ثابت نشده است و باعث می شود درد را حس نکنید و متوجه سکنه قلبی نشوید بلکه از قرص زیرزبانی نیتروگلیرین استفاده نمایید. به صورت هر ۵ دقیقه تا ۳ عدد در صورتی که درد ادامه داشت به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.

❖ مصرف به موقع داروها و مراجعه مرتب و مداوم با پزشک معالج بازگشت به سرکار ۸ هفته بعد از بازگشت به خانه بدنبال حمله قلبی با در نظر گرفتن موقعیت جسمی، نحوه کار و شغل، پزشک معالج در مورد رفتن شما به سرکارشان شما را راهنمایی خواهند کرد.

منبع: درسنامه جامع پرستاری خلاصه دروس: داخلی جراحی/مؤلفین احمدعلی اسدی نوقایی، میترا ذوالفقاری، ر پرستاری بیماریهای داخلی - جراحی/الیلیان سولیتس پرونر، سوارث] مترجم پروت گیوی- تهران، نشر بشری

❖ مصرف سبزیجات و میوه جات تازه بسیار مناسب است و از خوردن مواد محرک مانند قهوه، چای پر رنگ، ادویه جات و فلفل پرهیزید.



❖ حدود ۴ هفته پس از ترخیص از بخش و مراحل درمان رانندگی ننمائید و فعالیت جنسی نداشته باشید.

❖ پیاده روی را از هفته چهارم تا حدی که خسته نمی شوید و دچار تنگی نفس نمی شوید شروع نمایید.

❖ تا حد امکان ۸ - ۶ هفته استراحت ننمائید و بعد از هفته ۱۰-۸ مجدداً برای چگونگی ادامه درمان و داروها مراجعه ننمائید.