



بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

سکته قلبی

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	سکته قلبی
تهیه کننده	دفتر آموزش به بیمار
تأیید کننده	دکتر عبدالله پور
سمت	فوق تخصص قلب
تاریخ تهیه/به روز رسانی	بهار ۱۴۰۵
ناظر کیفی	سوپروایزر ارتقاء سلامت
منبع/منابع	برونر و سودارث
کد بروشور آموزشی	W-TP-021 R02

www.denahospital.com

شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا، بیمارستان دنا

تلفن: ۰۷۹-۳۶۴۹۰۴۱۱ فاکس: ۳۶۴۹۰۴۳۳

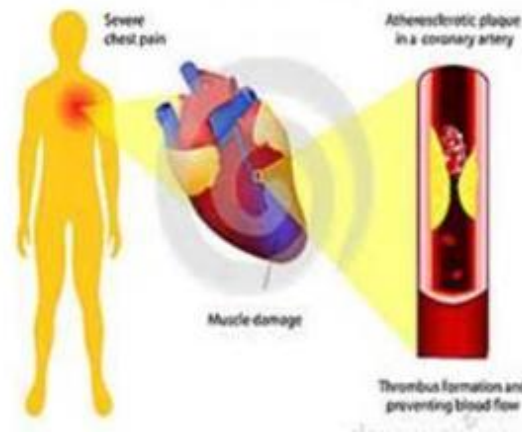
واحد پرستار پیگیر: داخلی ۲۶۳- ساعت ۱۳-۸



با اسکن لینک روبرو به بروشورهای آموزشی دسترسی پیدا کنید.



حمله قلبی



بیمار سکته قلبی باید چه چیزهایی را رعایت کند:

- ✓ از ورزش بلافاصله بعد از مصرف غذا خودداری کنید.
- ✓ در صورت فشار یا درد قفسه سینه که در مدت ۱۵ دقیقه بعد از مصرف نیتروگلیسرین برطرف نمی شود به نزدیکترین مرکز اورژانس اطلاع دهد.
- ✓ قرص زیربانی را همیشه همراه خود داشته باشد و در مواقع درد قفسه سینه و یا قبل از انجام فعالیت هایی که باعث ایجاد درد می شود از آن استفاده کند.

علائم زیر را به پزشک تان اطلاع دهید:

- ✓ تنگی نفس
- ✓ غش و سنکوپ
- ✓ ضربان قلب کند یا تند
- ✓ تورم پاها و مچ پاها

نکته مهم: بیمار دیابتی در صورتی که دچار سکته قلبی شود ممکن است چندان از درد شکایت نکند.

سکته قلبی

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمت‌هایی از عضله قلب از بین می‌روند. این حالت در نتیجه تنگی یا انسداد رگ‌های قلب به وجود می‌آید.

علائم و نشانه‌های اولیه بیماری

- ✓ درد ناگهانی و معمولاً در قسمت پایین استخوان جناغ و بالای شکم.
- ✓ درد سکته قلبی سنگین و فشار دهنده است و امکان دارد به شانه‌ها، بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار پیدا کند. درد سکته قلبی خود به خود شروع و چند ساعت تا چند روز ادامه و با استراحت یا نیتروگلیسرین برطرف نمی‌شود.
- ✓ نبض سریع نامنظم، ضعیف یا حتی غیر قابل لمس
- ✓ تنگی نفس
- ✓ رنگ پریدگی
- ✓ عرق سرد
- ✓ سرگیجه یا احساس سبکی سر
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ خستگی غیر عادی و شدید



چه عواملی باعث افزایش خط حمله قلبی می‌شود:

کشیدن سیگار / رژیم پرچربی / تاریخچه خانوادگی سکته قلبی اخیر / دیابت / داروهای ضد بارداری / فشار خون بالا / مردان مسن یا زنانی که وارد دوران یائسگی شدند / سوء مصرف کوکائین یا آمفتامین

درمان:

اقدامات درمانی شامل: اقدامات دارویی-درمان با اکسیژن- و استفاده از مسکن می‌باشد که همگی باید تحت نظر مستقیم پزشک انجام شود.

بیمار سکته قلبی باید چه چیزهایی را رعایت کند:

- ✓ از انجام فعالیت‌هایی که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس یا خستگی بی‌مورد می‌شود خودداری کنید.
- ✓ بین کار و فعالیت به استراحت بپردازید، کمی خستگی طبیعی است و در دوران نقاهت انتظار می‌رود.
- ✓ در برنامه‌ریزی فعالیت‌های روزانه کارهای سبک و سنگین را بطور متناوب انجام دهید.
- ✓ ۲ تا ۳ هفته از رانندگی اجتناب کنید.
- ✓ از مصرف دخانیات جداً بپرهیزید.
- ✓ قبل از انجام نزدیکی، برای پیشگیری از حملات در حین و پس از مقاربت می‌توانید از قرص زیر زبانی استفاده کنید.
- ✓ از انجام فعالیت جنسی در زمان خستگی و پس از خوردن غذای سنگین خودداری کنید.

بیمار سکته قلبی باید چه چیزهایی را رعایت کند:

- ✓ از نرم کننده‌های مدفوع برای جلوگیری از زور زدن در هنگام اجابت مزاج استفاده کند.
- ✓ از روغن ماهی، زیتون، ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده نماید.
- ✓ به جای سرخ کردن غذا از کباب یا بریان کردن یا آب پز کردن استفاده کنید.
- ✓ برای طعم دادن به غذا به جای نمک از آبلیمو، سرکه، میوه و سبزیجات معطر استفاده نمایید.
- ✓ استفاده از غذاهایی مانند سویا، کلم، لوبیا سبز و قرمز، نان گندم، برنج سبوس دار، جو، سیب گلابی، می‌تواند در کاهش کلسترول موثر باشد.
- ✓ در صورت افزایش وزن، وزن خود را کاهش دهد.
- ✓ مصرف نوشیدنی‌های حاوی کافئین(چای، قهوه و ...) را محدود کند.
- ✓ به نوعی تفریح مناسب بپردازید که فشار عصبی را کاهش دهد.
- ✓ هر روز راه بروید و فاصله راه رفتن را طبق دستور پزشک افزایش دهد.