



PM-A4-242-01

علائم حمله قلبی

کاهش ناگهانی خونرسانی به ماهیچه قلب ایجاد درد می کند. این درد معمولا شدید و ناگهانی در جلو سینه و یا زیر جناغ سینه در حین فعالیت و در موارد شدیدتر در زمان استراحت بروز می کند. این دردها ممکن است به شانه ها، بازو ها و دست ها، فک پایین و همچنین ناحیه معده انتشار پیدا کند.

بیماران این درد را به صورت فشار شدید روی سینه، خرد کننده یا تیر کشنده و یا فرو رفتن جسم تیز مثل چاقو به سینه توصیف می کنند.

این درد معمولا با علائم دیگری همچون عرق سرد و زیاد، رنگ پریدگی، بیقراری، تهوع و استفراغ، و تنگی نفس با درجات مختلف همراه می باشد.

علائم در مراحل اولیه با استراحت و مصرف نیتروگلیسرین تسکین می یابد ولی با شدت یافتن آنها این کارها نیز بی اثر می شوند.

در صورتی که با تشخیص سکته قلبی در سی سی یو بستری شده اید به خاطر داشته باشید که:

اغلب بیماران پس از سکته قلبی بهبود می یابند و به زندگی طبیعی خود بر می گردند. ولی روند این بهبودی به تدریج و طی ۶-۸ هفته کامل می شود و



سکته قلبی

به طور طبیعی دیواره رگهای بدن نرم و انعطاف پذیرند. به طوری که خون به راحتی میتواند داخل آنها جریان داشته باشد. ولی به مرور زمان چربی و مواد دیگر نظیر ترکیباتی که از دخانیات به جا میمانند، روی سطح داخلی رگ رسوب کرده و مجرای رگ را تنگ تر و تنگ تر می کنند؛ که به نتیجه آن تصلب شرایین گفته می شود. اگر هر کدام از عروق کرونر دچار این حالت شوند، آن قسمت از عضله قلب که توسط این عروق خونرسانی می شوند بر اثر کاهش جریان خون صدمه می بیند. گاهی نیز وجود لخته در مسیر رگ ها و یا حتی انقباض شدید این عروق باعث کاهش شدید یا قطع جریان خون و در نتیجه محروم شدن قلب از خون و اکسیژن مورد نیاز شده و سکته قلبی را سبب می گردند.

عوامل زمینه ساز سکته قلبی

- سن بالا
- داشتن سابقه فامیلی بیماری قلبی
- چربی خون بالا به ویژه کلسترول
- فشار خون بالا
- مصرف دخانیات
- چاقی
- فشارهای عصبی و روحی
- کم تحرکی و ورزش نکردن
- بیماری قند (دیابت)

دانشگاه علوم پزشکی شیراز



بیمارستان حضرت علی اصغر (ع)

سکته قلبی



(آموزش به بیمار)

تهیه کننده: فرخنده زارعی

کارشناس پرستاری

فروردین ۹۶



توصیه های نهایی:

طبق آمار رسمی وزارت بهداشت ایران مهمترین علت مرگ و میر در ایران بعد از تصادف مربوط به سکته قلبی می باشد.

برای جلوگیری از وقوع سکته قلبی کافی است تغییری در شیوه زندگی خود ایجاد کنیم با این کار می توان از بسیاری از بیماریها جلوگیری کرد.

مددجو می تواند بجای سرخ کردن غذا از کباب یا بریان و آب پز کردن استفاده کند.

همچنین می تواند بجای استفاده از نمک در غذاها ازطعم دهنده های دیگر و میوه و سبزیجات معطر استفاده کند.

بهتر است که از وعده های غذایی سبک با حجم کم استفاده کند و آهسته غذا بخورد.

ترک سیگار تأثیر چشم گیری در جلوگیری از حمله قلبی دارد چون سیگار باعث تند کار کردن قلبی می شود و عروق خونی را تنگ می کند و اکسیژن رسانی به قلب کم می شود.

منبع: ذوالفقاری میترا، اسدی نوقابی احمد علی، مراقبت های پرستاری ویژه آی سی یو، سی سی یو، دیالیز، نشر جامعه

تایید کننده : دکتر سمیه محبی – متخصص قلب و

عروق

- بازگشت به فعالیتهای قبلی باید به طور حساب شده و تحت نظر پزشک باشد.
- در طول مدت بستری، تست های تشخیصی متفاوتی برای شما انجام می شود تا با درمان مشکل اولیه از تکرار این بیماری جلوگیری شود. از جمله این تستها می توان به اکو و آنژیوگرافی اشاره کرد.

پس از ترخیص از بیمارستان نیز می بایست به نکات زیر به دقت توجه کنید:

- از فعالیت هایی که سبب خستگی ، درد قفسه سینه و تنگی نفس شما می شود خودداری کنید. حین انجام فعالیت های روزانه ، به محض احساس خستگی به استراحت بپردازید تا به قلب شما فشار نیاید و به مشکلات جدی تری منتهی نشود.
- فعالیت خود را به تدریج افزایش دهید. پیاده روی روزانه برای شما مفید خواهد بود.
- از بلند کردن اجسام سنگین و به اصطلاح زور زدن بپرهیزید. انجام حرکات ورزشی بلافاصله بعد از غذا ممنوع می باشد.
- هنگام ترخیص از بیمارستان، برگه نوبت برای مراجعه بعدی به پزشک، به شما داده می شود. در زمان مقرر برای تعیین وقت به درمانگاه مراجعه کنید
- از مواجهه با هوای خیلی سرد یا گرم خودداری کنید. همچنین در روزهایی که هوا آلوده است تا حد امکان از خانه خارج نشوید.
- مصرف دخانیات و مشروبات الکلی به کلی ممنوع است.
- در صورت داشتن فشارخون یا چربی خون بالا یا دیابت حتما طبق دستور پزشک آنرا کنترل نمایید.
- در صورت چاقی، طی یک رژیم غذایی مناسب از اضافه وزن خود بکاهید.
- رژیم غذایی مناسب برای شما رژیم غذایی کم چرب و کم نمک است.
- بعد از ترخیص می توانید به حمام بروید، ولی مدت آن از ۲۰-۱۵ دقیقه بیشتر نشود.
- همچنین از آب ولرم استفاده کنید زیرا آب سرد باعث افزایش کار قلب و درد قلبی و آب گرم سبب ضعف و سرگیجه می شود.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک را به دقت، طبق دستور و سر وقت مصرف کنید.

اقدامات لازم در صورت بروز درد در قفسه سینه

یک عدد قرص نیتروگلیسرین را زیر زبان گذاشته ۵ دقیقه صبر کنید اگر بهتر نشدید، قرص دوم و اگر بعد از ۵-۱۰ دقیقه باز هم بهبود نیافتید، قرص سوم را زیر زبان گذاشته به پزشک مراجعه کنید.

- مصرف دخانیات و مشروبات الکلی به کلی ممنوع است.
- در صورت داشتن فشارخون یا چربی خون بالا یا دیابت حتما طبق دستور پزشک آنرا کنترل نمایید.
- در صورت چاقی، طی یک رژیم غذایی مناسب از اضافه وزن خود بکاهید.
- رژیم غذایی مناسب برای شما رژیم غذایی کم چرب و کم نمک است.
- بعد از ترخیص می توانید به حمام بروید، ولی مدت آن از ۱۵-۲۰ دقیقه بیشتر نشود. همچنین از آب ولرم استفاده کنید زیرا آب سرد باعث افزایش کار قلب و درد قلبی و آب گرم سبب ضعف و سرگیجه می شود.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک را به دقت، طبق دستور و سر وقت مصرف کنید.

اقدامات لازم در صورت بروز درد در قفسه سینه

یک عدد قرص نیتروگلیسرین را زیر زبان گذاشته ۵ دقیقه صبر کنید اگر بهتر نشدید، قرص دوم و اگر بعد از ۵-۱۰ دقیقه باز هم بهبود نیافتید، قرص سوم را زیر زبان گذاشته به پزشک مراجعه کنید.