

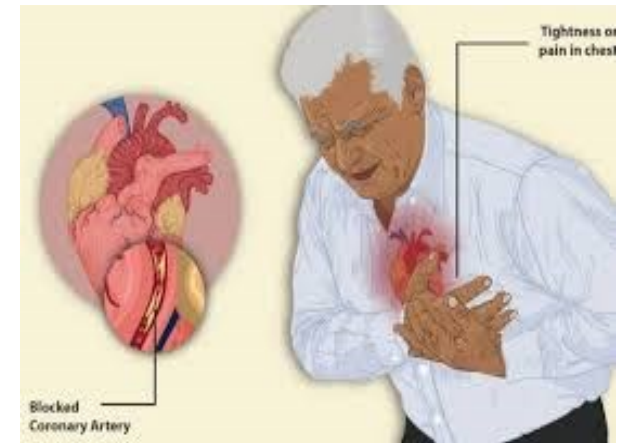
به نام خدا

مددجوی گرامی:

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.

لخته خون در دیواره عروق مانع از حمل صحیح اکسیژن به

بافت ها شده و عامل اول حملات قلبی می باشد.



علائم بیماری:

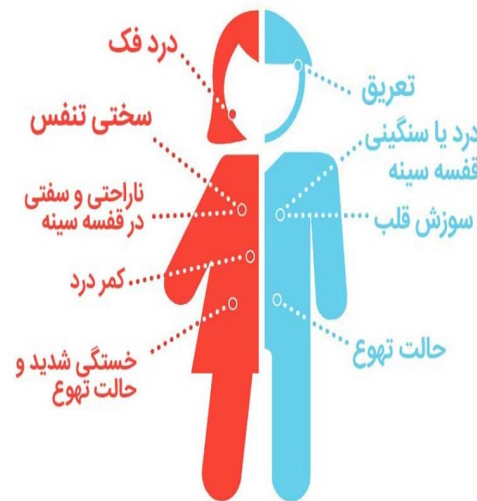
- علامت اصلی درد قفسه سینه است با این وجود ۲۰ درصد افراد بی علامت هستند.
- تعریق و تهوع

• درد قفسه سینه می تواند شبیه احساس فشار و فشردگی در قفسه سینه باشد به حدی که انگار قفسه سینه شما در حال خرد شدن است.

• درد در وسط قفسه سینه و پشت استخوان سینه و یا طرف چپ قسمت جلوی قفسه سینه شروع می شود.

• درد می تواند در سایر قسمت های بدن مانند شکم و بازوها نیز گسترش پیدا کند.

نشانه های هشدار دهنده حمله قلبی در زنان و مردان



علائم مستعد کننده بیماری:

فشار خون بالا

دیابت

سابقه خانوادگی

کم تحرکی

چاقی

عصبانیت

غذاهای چرب و آماده و فست فودها

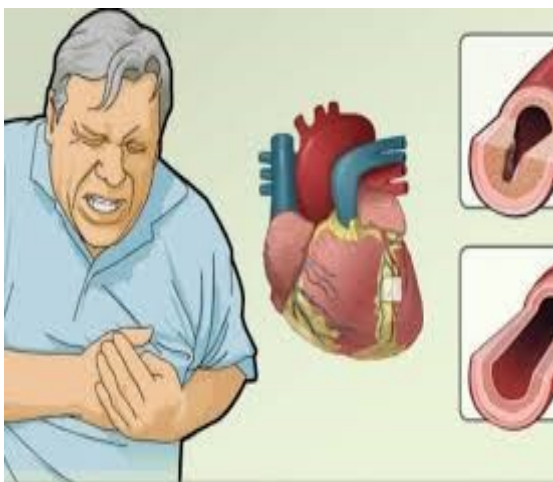
تشخیص بیماری:

- تاریخچه بیمار، توصیف نشانه های موجود، تاریخچه بیماری قلبی، سوابق قلبی در مورد عوامل خطرزا مانند مصرف سیگار، مشروبات الکلی و غیره، سرگیجه و تنگی نفس
- درد قفسه سینه، پشت، دست، گردن



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی - درمانی استان گیلان
بیمارستان کوثر آستانه اشرفیه

در مورد بیماری حاد عروق قلبی چه می دانید؟



گروه هدف: بیماران قلبی

واحد آموزش سلامت بیمارستان کوثر آستانه اشرفیه

تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۴/۲۰

تاریخ بازنگری: -

رژیم غذایی سالم (گوشت های کم چرب مانند ماهی و مرغ، بوقلمون و لبنیات کم چرب) مصرف نمایید.

مصرف گوشت قرمز و تخم مرغ را محدود کرده و از خوردن سوسیس و کالباس و ادویه جات تند و نوشابه های گاز دار خودداری کنید

قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین را به همراه داشته باشید و افراد خانواده را از محل نگهداری دارو باخبر کنید..



برای پیشگیری از سرگیجه ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بعد از گذاشتن قرص زیرزبانی استراحت کنید.

در صورت برطرف نشدن درد تا مصرف ۳ الی ۵ قرص زیرزبانی با ۱۱۵ تماس بگیرید.

منابع: درسنامه جامع برونر ثودارت-قلب و عروق ۲۰۱۹، ترجمه دکتر سید مسلم مهدوی شهری، ژاله محمد علیها-ملاحت نیکروان فرد-چاپ چهارم ناشر ۱۳۹۸

راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت منزل-، فاطمه علایی، جامعه نگر-۱۳۹۰

- بررسی نوار قلبی
- بررسی آنزیم های قلبی با آزمایش خون
- اکوکاردیوگرافی

جهت پیشگیری از دردهای قلبی چه باید کرد؟

فعالیت خود را بتدریج افزایش دهید..از فعالیتهایی که باعث خستگی و تنگی نفس می شوند بپرهیزید.

در حین انجام فعالیتهای روزانه، دوره ای استراحت کنید. از برداشتن بار زیاد و انجام ورزشهای سنگین خودداری کنید.

بمنظور کاهش فشار بر روی قفسه سینه و همچنین کاهش نفخ شکم، مواد غذایی را بمقدار کم و دفعات زیاد مصرف کنید.

در هوای بسیار گرم یا بسیار سرد بیرون نروید.

از دوش آب خیلی سرد یا خیلی گرم بپرهیزید

از برخورد با وضعیت های عاطفی پر استرس بپرهیزید. و از استرس های روحی و فشارهای عصبی دوری کنید.

از رژیم غذایی پرفیبر مانند میوه و سبزیجات تازه استفاده کنید.