

مددجوی عزیز

مطالب پیش روی شما برای مراقبت از بیماری تان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را باز یابید.

سکته قلبی یا انفارکتوس میوکارد تحت عنوان حمله قلبی نامیده می شود. حمله قلبی زمانی اتفاق می افتد که یک شریان شاخص و مهم به طور کامل مسدود شود و یک اورژانس پزشکی محسوب می گردد. اگر شما یا هر شخص دیگری دارای نشانه های زیر باشید، مراقبتهای فوری پزشکی مورد پیگیری قرار می گیرد.

علت سکته قلبی

۱- رژیم پر چرب، وزن بالا، فشار خون بالا

۲- تاریخچه خانوادگی، دیابت

۳- داروهای ضد بارداری خوراکی

۴- مردان مسن یا زنانی که وارد دوران یائسگی شدند

۵- سوء مصرف کواکائین یا آمفتامین



نشانه های فرد که دچار سکته قلبی شده است؟

* احساس سنگینی و فشار غیر طبیعی قفسه سینه

* سوزش سردل و سوء هاضمه، تهوع و استفراغ

* درد یک یا دو بازو، شانه ها، گردن، فک

* ناگهانی رخ دادن اتفاقات

* عرق سرد، گر گرفتگی و عرق بیش از حد

* خستگی و احساس کمبود انرژی، دشواری تنفس

* خستگی غیر عادی و شدید، ضعف عضلانی

* احساس گیجی یا سردرد؛ ضعف بی حالی

* برخلاف بسیاری از فیلم ها حمله قلبی سبب بیهوشی فرد

نمی شود بلکه احساس گیجی و منگی به فرد می دهد

* اگر هریک از علائم بالا در فردی مشاهده گردید که

بیشتر از ۵ دقیقه طول کشید با اورژانس تماس بگیرید.

***** به یاد داشته باشید که تسریع کمک رسانی می تواند**

زندگی فرد مبتلا به حمله قلبی را نجات دهد



درمان سکته قلبی

- اقدامات دارویی - درمان با اکسیژن - مسکن ها

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

پس از ترخیص از بیمارستان نکات زیر را رعایت

کنید:

❖ از هرگونه فعالیتی که باعث درد قفسه

سینه، تنگی نفس یا خستگی می شود،

اجتناب شود در صورت احساس خستگی

حین انجام فعالیت، به استراحت بپردازید

تا به قلب شما فشار نیاید.

❖ خودداری از انجام ورزش بلافاصله بعد از

غذا - پیاده روی روزانه بتدریج افزایش

داده شود.

❖ از تماس با گرما و سرمای شدید و راه رفتن

در مقابل باد خودداری کنید.

❖ از بلند کردن اجسام سنگین و به اصطلاح

زور زدن بپرهیزید.

❖ ۲-۳ هفته از رانندگی اجتناب کنید.

❖ قبل از انجام مقاربت برای جلوگیری از

حملات در حین و پس از مقاربت می توانید

از قرص زیر زبانی استفاده کنید.

❖ قبل و بعد از عمل جنسی از دوش آب گرم

یا سرد اجتناب شود.



بیمارستان ثامن الائمه (ع) چناران

واحد آموزش سلامت

سکته قلبی



کد سند HS/F61

تاریخ تدوین: ۱/۱۱/۹۶

شماره بازنگری: ۰۱

۹۷/۰۸/۰۱

عنوان سند:

پمفلت آموزشی ویژه بیماران

تلفن بیمارستان:

۰۵۱۴۶۱۳۳۰۰۱

داخلی ۱۰۳

-از هرگونه صدمات پوستی جلوگیری شود و جهت شستشوی دندان ها از مسواک نرم استفاده شود.

-در صورت بروز علائم خونریزی (ادرار خونی، مدفوع خونی، خلط خونی، خونریزی زیر پوستی و خونریزی قاعدگی زیاد) و کبودی در هر نقطه از بدن به پزشک مراجعه کنید.

-از قطع کردن خودسرانه این داروها و کم و زیاد کردن خودسرانه آنها اجتناب شود.

-در صورت تجویز آسپرین لازم است همراه با شیر یا غذا (جهت جلوگیری از تحریک معده) میل شود.

در صورت بروز علائم فشار در قفسه سینه، درد قفسه سینه با انتشار درد به گردن، شانه و دست، **یک عدد قرص نیتروگلسیرین** را زیر زبان گذاشته ۵ دقیقه صبر کنید اگر بهتر نشدید، قرص دوم و اگر بعد از ۱۰-۵ دقیقه بازهم بهبود نیافتید، قرص سوم را زیر زبان گذاشته و به پزشک مراجعه کنید.



منابع:

- داخلی جراحی برونر سودارث

-آموزش به بیمار و خانواده- ۱۳۸۹ چاپ دوم -

فاطمه غفاری، زهرا فتوکیان

❖ از رژیم غذایی کم نمک و کم چرب استفاده کنید

❖ از روغن ماهی، زیتون، ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده کنید

❖ دوری از استرس، اضطراب و عصبانیت

❖ از مصرف سیگار و الکل خودداری کنید

❖ 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

❖ برای طعم دادن غذا به جای نمک از آبلیمو، سرکه، میوه و سبزیجات معطر استفاده نمایید

❖ داروهای تجویز شده توسط پزشک را به موقع مصرف کنید.

❖ ممکن است پس از ترخیص داروهایی مثل هپارین، وارفارین و آسپرین توسط پزشک برای شما تجویز شود. این داروها از تشکیل لخته جلوگیری می کنند. **برای پیشگیری از عوارض این داروها، توصیه می شود که:**

