

درد قفسه سینه

داشتن درد در سینه شما می تواند ترسناک باشد. اما همیشه بدان معنی نیست که دچار حمله قلبی شده اید. درد ممکن است به علل دیگری از جمله موارد زیر بروز نماید:

- ❖ مشکلات قلبی مانند آنژین
- ❖ حملات هراس
- ❖ مشکلات گوارشی مانند سوزش سر دل یا اختلالات مری
- ❖ درد عضلات
- ❖ بیماری های ریه
- ❖ التهاب مفاصل در سینه شما

برخی از این مشکلات می تواند جدی باشد. در صورت وجود درد در قفسه سینه که از بین نمی رود ، یا فشار در قفسه سینه یا درد قفسه سینه به همراه تهوع ، تعریق ، سرگیجه یا احساس تنگی نفس مراقبت های فوری را انجام دهید. درمان به علت درد بستگی دارد.



آنژین قلبی

تعریف آنژین قلبی درد یا ناراحتی قفسه سینه است که در آن، قلب اکسیژن مورد نیاز خود را دریافت نمیکند. درد درموقع فعالیت واسترس شروع شده پس از استراحت برطرف میشود وبا ازسرگرفتن فعالیت مجدداً "علائم برمیگردد.

درد ممکن است به گردن و فک ودستها وشانه و قسمت داخلی بازو منتشر شود وبا تهوع وضعف همراه باشد.

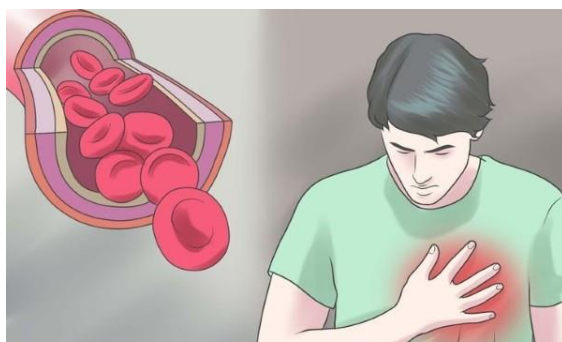


فعالتهایی که باعث درد آنژینی میشوند:

- ✓ ورزش شدید
- ✓ راه رفتن در مقابل باد
- ✓ تماس با سرما
- ✓ هیجان روحی و استرس
- ✓ وعده غذایی با حجم بالا
- ✓ فعالیت جنسی

توجهات: افراد سالمند ودیابتی مکن است درصورت ابتلا به آنژین درد شاخصی را گزارش ندهند .

- ❖ در موقع بروز درد فعالیت را متوقف کرده روی تخت درحالت نیمه نشسته قراربگیرید.
- ❖ درصورت ابتلا به درد حداکثر 3 عدد قرص زیربانی به فاصله 5 دقیقه زیرزبان بگذارید وبه نزدیکترین مرکز اورژانس مراجعه کنید.





بیمارستان علوم پزشکی شهید
(چناران)

واحد پرستاری آموزش سلامت

درد قفسه سینه

(آنژین صدری)



کد سند: hs/pe87

تاریخ تدوین:

98/10/09

عنوان سند:

پمفلت آموزشی ویژه بیماران

تلفن بیمارستان:

05146123001

تلفن داخلی:

162

عوامل افزایش خطر آنژین صدری

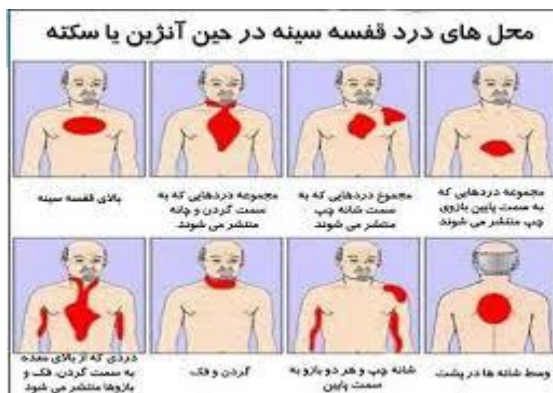
❖ دیابت و فشارخون بالا

❖ سابقه بیماری قلبی و سابقه کلسترول بالا

❖ افزایش سن

❖ بی تحرکی و چاقی

❖ استفاده از سیگار واسترس



منابع:

<https://medlineplus.gov/angina.html>

<https://medlineplus.gov/chestpain.html>

❖ سیگار را ترک کنید و از در معرض قرار گرفتن

دود سیگار دیگران اجتناب کنید.

❖ رعایت رژیم غذایی کم چرب و کنترل قندخون

و چربی خون بطور منظم و همینطور کنترل

فشارخون

❖ از مصرف غذا با حجم زیاد خودداری کنید و تا 2

ساعت بعد از صرف غذا فعالیت بدنی انجام ندهید.

❖ بصورت منظم و دوره ای به پزشک خود مراجعه

کنید.

