

کنید. اگر پس از ۳ بار مصرف قرص، درد برطرف نشد و بیش از ۲۰ دقیقه ادامه یافت به نزدیکترین مرکز اورژانس مراجعه نمایید یا با مرکز فوریت های ۱۱۵ تماس بگیرید.

از مصرف غذاهایی مانند سوسیس، کالباس، همبرگر، گوشت های آماده، چربی های حیوانی، غذاهای سرخ کرده، انواع سس، لبنیات پرچرب، انواع کنسرو، الکل، کاکائو، مقادیر زیاد آجیل و دانه های روغنی و غذاهای نفاخ اجتناب کنید.

توصیه های مراقبت از خود

* فعالیت های خود را بتدریج و به آهستگی انجام دهید، به شکلی که باعث ناراحتی، درد قفسه سینه، تنگی نفس و خستگی نشود.

* از انجام فعالیت هایی که باعث درد قلبی می شود مثل بلند کردن و کشیدن اجسام سنگین، زور زدن هنگام اجابت مزاج، ورزش های سنگین و راه رفتن در هوای سرد یا بسیار گرم، هوای آلوده و ارتفاعات خودداری نمایید.

* وزن خود را در حد ایده آل نگه دارید.

* از استعمال دخانیات اکیدا خودداری کنید.

* داروهای تجویز شده را حتی اگر هیچ علامت بالینی نداشته باشید مصرف کنید و تحت نظر پزشک معالج باشید.

* هنگام ایجاد درد قفسه سینه فعالیت های خود را فوراً متوقف کنید و بنشینید یا در بستر استراحت کنید. تنفس عمیق و آرام انجام دهید و هر ۵ دقیقه یک قرص نیتروگلیسرین به صورت زیرزبانی مصرف

به یاد داشته باشید

شما مهمترین عضو تیم درمان خود هستید

نشانی: بابل - چهار راه فرهنگ - خیابان شهید

مصطفی خمینی

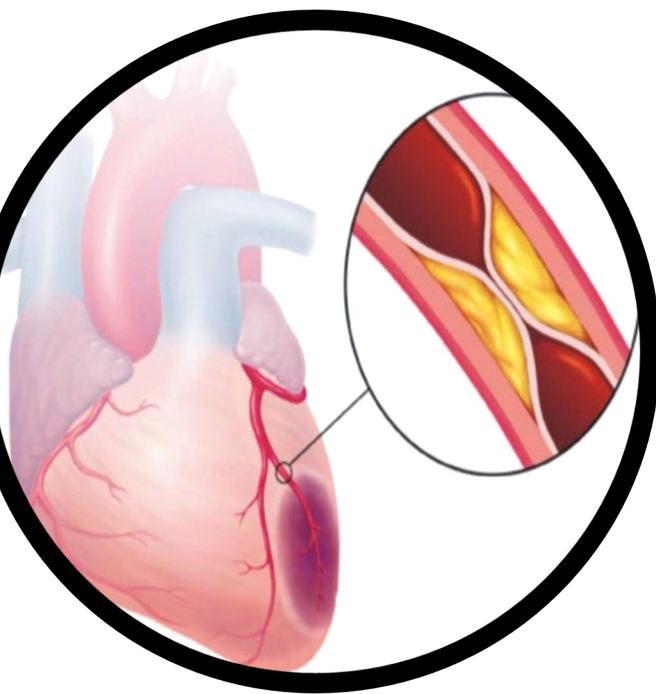
مرکز آموزشی درمانی شهید یحیی نژاد

تلفن: ۷ - ۳۲۲۲۳۵۹۴ - ۰۱۱

وب سایت: yahya.mubabol.ac.ir

منابع: پرستاری داخلی جراحی برونر - ۲۰۱۸

وب سایت های مورد تایید قلب و عروق

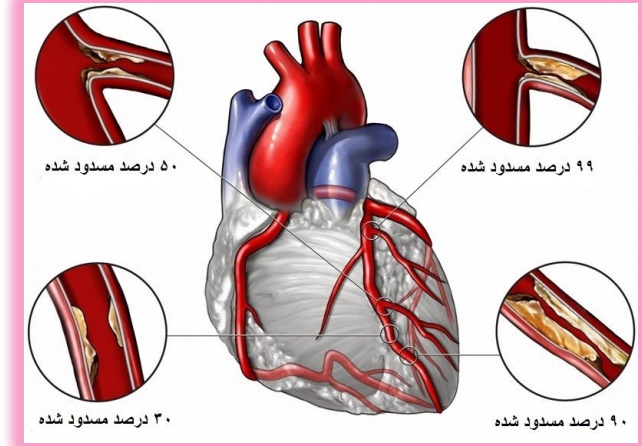


سندرم حاد عروق کرونر قلب

لیلی حاجی علی نژاد
سوپروایزر آموزش سلامت

۱۴۰۱

سندرم حاد عروق کرونر قلب (**ACS**) یک بیماری است که در آن ماده ای مومی شکل به نام پلاک در داخل عروق کرونر قلب به تدریج ساخته می شود. این شریان وظیفه انتقال خون غنی از اکسیژن را به عضله قلب بر عهده دارد اما هنگامی که این پلاک ها در طول سالیان طولانی در شریان ساخته می شود، موجب انسداد راه خون رسانی قلب شده و به اصطلاح فرد دچار بیماری عروق کرونر قلب می شود.



در صورت پارگی پلاک ، یک لخته خون بر روی سطح آن تشکیل می شود که می تواند از جریان خون در شریان کرونر جلوگیری کند. در این هنگام فرد دچار آنژین صدری و یا حمله قلبی و به دنبال آن نارسایی قلبی می شود.

آنژین صدری ، درد قفسه سینه و احساس ناراحتی در منطقه سینه است. این درد احساسی مانند فشرده شدن

دارد و می تواند به شانه ها ، بازوها و حتی فک سرایت کند. گاهی بیماران دچار آنژین صدری در ابتدا این درد را با دردهای ناشی از سوء هاضمه ، اشتباه می گیرند.



علائم آنژین صدری نیز می تواند شبیه به علائم حمله قلبی باشد. اگر مطمئن نیستید که این درد ناشی از حمله قلبی یا آنژین صدری است یا خیر، بهتر است فوراً با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

علل ایجاد بیماری عروق کرونر قلب :

- * سیگار کشیدن
- * مقادیر بالای چربی و کلسترول در خون
- * فشارخون بالا
- * دیابت
- * سن بالا
- * عوامل ژنتیکی و یا شیوه ی زندگی
- * اضافه وزن یا چاقی
- * عدم فعالیت بدنی

علائم شایع :

- * درد قفسه سینه
- * تنگی نفس
- * تهوع (احساس ناراحتی در معده) ، استفراغ ، سرگیجه
- * یا غش ، و یا عرق سرد

برخی افراد مبتلا به بیماری عروق کرونر قلب علامت شایع خاصی ندارند.

تشخیصی :

- ۱- نوار قلب (ECG)
- ۲- تست ورزش
- ۳- اکوکاردیوگرافی
- ۴- معاینه فیزیکی
- ۵- نتایج حاصل از آزمایشات پزشکی
- ۶- عکس از قفسه سینه (CXR)
- ۷- آنژیوگرافی عروق کرونر

رژیم غذایی :

دریافت چربی ها و نمک را محدود کنید و بیشتر از سه زرده تخم مرغ در هفته استفاده نکنید.