



مرکز آموزشی درمانی شهید مطهری مرودشت

سکته قلبی

(ویژه آموزش به بیمار)

شناسنامه پمفلت آموزشی :

تهیه کننده: سارا سلیمانی کارشناس پرستاری

آسیه قاسمی کارشناس پرستاری

تهیه شده : بهار سال 1404

منبع : برونر و سودارث – هندبوک آموزش به

بیمار ماری کانابو

تایید شده توسط : دکتر پروین مرزبان فوق تخصص

قلب و عروق

قلب یک عضو ماهیچه ای و توخالی است که مانند تلمبه ای در سمت چپ قفسه سینه قرار گرفته و کار آن رساندن خون اکسیژن دار و حاوی مواد غذایی به تمام سلول های بدن است. سلول های ماهیچه قلب نیز به اکسیژن نیاز دارند و به دلیل اینکه در تمام ساعات و حتی در زمان خواب نیز این ماهیچه ها کار می کنند نسبت به بقیه سلول های بدن به اکسیژن بیشتری نیاز دارند. قلب خون مورد نیاز خودش را از طریق سرخرگ هایی به نام کرونر دریافت می کند.

سکته قلبی چیست؟

اگر هر کدام از سرخرگ های کرونر قلب، خون را به میزان کمتری عبور دهند سلول هایی که توسط آن خونرسانی می شوند دچار کمبود اکسیژن و مواد غذایی می شوند و این امر باعث از بین رفتن سلول های آن ناحیه می شود و عملکرد ماهیچه قلب در آن ناحیه دچار اختلال می شود و به این اتفاق سکته قلبی می گویند.

علت های سکته قلبی چیست؟

به طور طبیعی دیواره رگ های بدن نرم و انعطاف پذیرند و خون به راحتی می تواند داخل آنها جریان داشته باشد. به مرور زمان چربی، نمک ها و موادی که حاصل از مصرف دخانیات است در رگ ها رسوب می کند و مجرای داخلی رگ را تنگ می کند این رسوبات همچنین باعث سفت و سخت شدن دیواره رگ ها (تصلب شرایین) می شوند و این امر باعث می شود در زمانی که نیاز به بالا رفتن فعالیت قلب وجود دارد مانند زمان افزایش فعالیت بدنی یا استرس، رگها

نمی توانند خون مورد نیاز ماهیچه قلب را عبور دهند و سلول ها آسیب می بینند. گاهی نیز وجود لخته در مسیر رگ های کرونر باعث کاهش جریان خون می شود و سکته را ایجاد می کند.

عوامل زمینه ساز سکته قلبی:

*سن بالا

*داشتن سابقه فامیلی بیماری قلبی

*چربی خون بالا به ویژه کلسترول

*فشار خون بالا

*مصرف دخانیات

*چاقی

*فشار های عصبی و روحی

*کم تحرکی و ورزش نکردن

*بیماری قند(دیابت)

باید توجه کرد که با کنترل عوامل قابل کنترل می توان

خطر ایجاد سکته قلبی را کم کرد.

علائم سکته قلبی:

درد قفسه سینه به علت کاهش ناگهانی خونرسانی به ماهیچه قلب. این درد معمولاً شدید و ناگهانی است بیمار احساس مرگ غریب الوقوع میکند.

درد در جلو سینه یا زیر جناغ سینه در حین فعالیت و در موارد شدیدتر در زمان استراحت بروز میکند. این درد ممکن است به شانه ها، بازو ها و دست ها، فک پایین و همچنین ناحیه معده انتشار پیدا کند.

این درد معمولاً با علائم دیگری مثل عرق سرد و زیاد، رنگ پریدگی، بی قراری، تهوع و استفراغ همراه می باشد

تنگی نفس در افراد سالمند یا دیابتی یکی از علایم اصلی سکته قلبی است.

تشخیص سکته قلبی:

علایم بالینی: درد قفسه سینه تعریق

تغییرات فشار خون و ...

نوار قلب بیمار و تغییرات تعداد و ریتم

مطالعات آزمایشگاهی شامل آنزیم های قلبی

اکو

اقدامات لازم در زمان مشاهده علائم سکته قلبی:

*بیمار فعالیت بدنی نداشته باشد و روی یک سطح دراز بکشد.

*قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین برای وی قرار داده شود.

*محیط اطراف خلوت و ساکت و آرام باشد.

*سریع به اورژانس 115 اطلاع داده شود و اگر در دسترس نبود با اتومبیل شخصی به مرکز بهداشتی درمانی رسانده شود.

اغلب بیماران پس از سکته قلبی بهبود می یابند و به زندگی طبیعی خود باز میگردند ولی روند این بهبودی به تدریج و طی 6 تا 8 هفته کامل می شود و بازگشت به فعالیت های قلبی باید حساب شده و تحت نظر پزشک صورت گیرد.

در طول مدت بستری، تست های تشخیصی گوناگونی برای بیمار انجام می شود از جمله اکوکاردیوگرافی و آنژیوگرافی که به وسیله آنها می توان وضعیت بیمار را بهتر بررسی کرد و درمان مناسب را انجام داد.

مراقبت از بیمار پس از ترخیص از بیمارستان:

*از فعالیت هایی که سبب خستگی، درد قفسه سینه و تنگی نفس شما می شود خودداری کنید و حین انجام فعالیت های روزانه، به محض احساس خستگی به استراحت بپردازید تا به قلب شما فشار نیاید و به مشکل جدی تری منتهی نشود.

*پیاده روی روزانه برای بیمار مفید می باشد و افزایش فعالیت با نظر پزشک باید صورت گیرد.

*از زور زدن و بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.

*از انجام فعالیت بدنی پس از صرف غذا خودداری کنید.

*از مواجهه با هوای خیلی گرم یا خیلی سرد خودداری کنید و در روزهایی که هوا آلوده است تا حد امکان از منزل خارج نشوید.

*مصرف دخانیات و مشروبات الکلی به کلی ممنوع است.

*در صورت داشتن فشار خون بالا، چربی خون و یا قند خون، آنها را طبق دستور پزشک کنترل کنید.

*در صورت وجود چاقی، برای کاهش وزن اقدام کنید.

*رژیم غذایی کم نمک و کم چرب را طبق دستور کارشناس تغذیه رعایت کنید.

*برای استحمام بیش از 15 تا 20 دقیقه در حمام نباشید و از آب ولرم استفاده کنید، دوش آب سرد برای بیمار مضر است.

*داروهای تجویز شده توسط پزشک را به دقت و طبق دستور مصرف کنید.

*اندازه گیری تعداد نبض و فشارخون را از پزشک یا پرستار یاد بگیرید و قبل و بعد از مصرف داروها سعی کنید نبض و فشارخون خود را چک کنید.

در صورت درد قفسه سینه چه باید کرد؟

یک عدد قرص نیتروگلیسرین زیرزبانی را زیر زبان قرار دهید و استراحت کنید، 5 دقیقه صبر کنید، اگر درد بهتر نشد قرص دوم و پس از 5 دقیقه اگر بهتر نشد قرص سوم را زیر زبان قرار دهید و سریعاً با 115 تماس گرفته و یا به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.



تندرست باشید