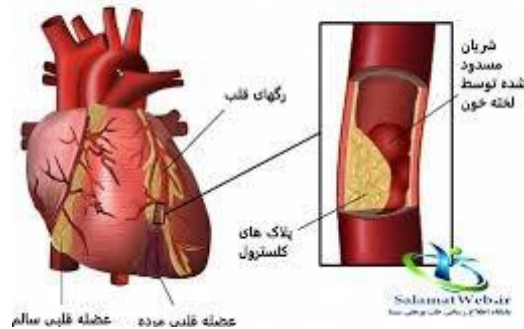




به نام خدا

آنزین صدری (حمله قلبی)

حمله قلبی



تهیه و تنظیم: سمیرا رضانی

ویرایش: مهر ۱۴۰۳

آسپرین:

آسپرین ممکن است باعث خونریزی معده شود بنابراین استفاده از فاموتیدین، امپرازل، پنتوپرازول در صورت درمان با آسپرین باید مورد توجه قرار گیرد.

• آسپرین میزان بروز سکته قلبی را کاهش می دهد.

• کلویپیدوگرل (پلاویکس) علاوه بر آسپرین در بیماران قلبی عروقی استفاده می شود.

• آسپرین داروهای قلبی به باید طبق دستور پزشک مصرف شود.

منابع:

برونر و سودارث، قلب و عروق، ویراست پانزدهم ۲۰۲۲، ترجمه: کتر سی مسل م وی راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت از خود در منزل، فاطمه عالیبی و همکاران

• قرص را زیر زبان نگه دارید تا حل شود

• در صورت کم نشدن درد بعد از مصرف ۳ عدد قرص به مدت هر ۳-۵ دقیقه با ۱۱۵ بگیریید.

متوپرولول (متورال)

• مصرف دارو در موارد کاهش فشار خون، افعت ضربان قلب، خستگی و سرگیجه باید قطع دو.

• به بیمار باید هشدار از قطع ناگهانی دارو خودداری کرده و قبل از قطع دارو برای مدت چند روز، مقدار آن را تریجا کم کند

• به بیماران مبتلا به دیابت و مصرف کننده متورال باید آموخت که به طور مرتب قند خون خود را چک کنن. زیرا ر مصرف متورال عالایم افت قند مخفی می شود.

• بیمارانی که با مصرف متورال دچار تنگی نفس و سرفه های مکرر می شوند حتما باید به پزشکد معالج خود اطلاع دهند.

آنژین صدری یا حمله قلبی:

وجود چربی در دیواره رگ های قلب، باعث کاهش جریان خون به قلب می‌شود. گاهی جریان خون به حدی کاهش می‌یابد که فرد دچار درد قفسه سینه شده که اصطلاحاً آنژین صدری یا حمله قلبی گفته می‌شود.

علائم و نشانه‌ها:

درد و ناراحتی در قفسه سینه، گردن، دست و پشت سرگیجه و تنگی نفس

عوامل مستعد کننده: ۱. فشارخون بالا و دیابت
۲. سابقه فامیلی ۳. سیگار ۴. چربی خون بالا)
افزایش کلسترول و تری گلیسرید) ۵. تحرک کم
۶. چاقی ۷ - عصبانیت زیاد و استرس ۹. غذا های آماده (فست فودها)

آموزش مراقبت از خود به بیمار:

• از فعالیت های شدید بدنی پرهیز کنید

• فعالیت های خود را با فاصله و استراحت انجام دهید.

• ۲-۳ ساعت بعد از صرف غذا فعالیت بدنی انجام ندهید (ورزش، دوش گرفتن)

(۲)

• ورزش، چربی های خوب خون را بالا می‌برد و باعث کاهش فشار خون می‌شود و به کاهش وزن کمک می‌کند.

• راه‌های کنترل استرس را بیاموزید(تکنیک های آرام سازی)

رژیم غذایی:

غذا را کم حجم و به دفعات مصرف کنید

• چربی های جامد مانند روغن جامد باعث افزایش کلسترول(چربی بد خون) شده که خود عامل بروز بیماری های قلبی است.

• انواع روغن های مایع(زیتون و کنج) برای سلامتی قلب مناسب تر هستند.

• از مصرف فرآورده‌های گوشتی مانند سوسیس و کالباس اجتناب کنید. مصرف گوشت قرمز و تخ مرغ را محدود کنید.

• از مرغ و ماهی و بوقلمون استفاده کنید.

• هویج و سیب در کاهش کلسترول خون موثر است.

• گوجه فرنگی سرشار از ماده آنتی اکسیدان بوده و باعث کاهش بیماری های قلبی می‌شود.

(۳)

• مصرف نوشابه‌های گازدار، قهوه و نمک را کم کنید.

• از سبزی و میوه های تازه زیاد استفاده کنید.

• درجه حرارت زیاد یا کم محیط (به خصوص سرما) ممکن است باعث آنژینی شود.

• از خوابیدن در اتاق سرد اجتناب کنید.

• در تمام اوقات نیتروگلیسرین را همراه خود داشته باشید.

• از مصرف داروهای فاقد نیاز به نسخه دارویی (مثل قرص های رژیم لاغری، قطره های ضد احتقان بینی که موجب افزایش سرعت ضربان قلب و فشار خون گردد) خودداری کنید • مصرف سیگار و سایر انواع تنباکوها قطع شود.

آموزش دارویی:

• در صورت درد قلبی می‌توان از نیتروگلیسرین یا قرص زیر زبانی استفاده نمود.

• افرا خانواده را از محل نگداری قرص های زیر زبانی مطلع نمایید.

(۴)