



دانشگاه سمنگانی خدمات بهداشتی درمانی کرمان

شبکه بهداشت و درمان شهرستان سقز
بیمارستان شفا شهرستان سقز

سکته قلبی



تهیه و تدوین:
بهاءالدین ابراهیمی
پرستار بخش اورژانس

بیمارستان شفا شهرستان سقز

- هر روز راه بروید. مدت و فاصله راه رفتن را طبق دستور پزشک افزایش دهید
- مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین را محدود کنید.

- از روغن ماهی، روغن زیتون، ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده نمایید.
- استفاده از غذاهایی مانند سویا، کلم، لوبیا سبز و قرمز، نان گندم، برنج سبوس دار، جو، سیب و کلابی می تواند در کاهش کلسترول موثر باشد.



- علائم زیر را به پزشک اطلاع دهید: تنگی نفس، غش و سنکوپ، ضربان قلب کند یا تند، تورم پاها و مچ پاها.

توصیه های لازم برای بیماران قلبی:

- عدم استفاده از غذای حاوی چربی اشباع، روغن نباتی جامد و کلسترول
- کنترل فشار خون بالا، سطح کلسترول خون، قند خون و کنترل وزن
- اجتناب از دمای خیلی بالا یا خیلی پایین
- کنترل استرس
- مصرف پرل نیتروگلیسرین قبل از فعالیت جنسی
- قطع سیگار و دوری از افراد سیگاری
- غذا را در حجم کم و وعده های بیش تر میل کنید.
- از نرم کننده های مدفوع برای اجتناب از زور زدن هنگام اجابت مزاج استفاده کنید



هنگام بروز درد قلبی چه باید کرد:

در صورت ابتلا به چنین دردی که ممکن است با تعریق سرد و حالت تهوع و سبکی سر همراه باشد دراز بکشید و در صورت داشتن قرص زیر زبانی حداکثر ۳ عدد قرص به فاصله هر ۵ دقیقه زیر زبان خود بگذارید. در صورت فشار یا درد قفسه سینه که در مدت ۱۵ دقیقه بعد از مصرف نیتروگلیسرین برطرف نمی شود به نزدیک ترین مرکز فوریت ها اطلاع دهید.

اقدامات تشخیصی لازم:

- انجام معاینه
- آزمایش خون
- نوار قلب
- تست ورزش
- اکوکاردیوگرافی
- تالیوم اسکن و آنژیوگرافی



- رنگ پریدگی

- تعریق سرد

- تهوع و استفراغ

- سرگیجه یا احساس سبکی سر

- احساس سوزش یا فشار در قفسه سینه

- احساس ناراحتی یا درد که ممکن است به

بازوها، پشت، گردن، فک یا معده تیر بکشد (به

عنوان قانون درد از فک تا ناف، درد قلبی است

مگر خلافتش ثابت شود)

- احتمال احساس بی حسی و درد در شانه ها،

بازوها یا مچ دست ها

چه زمانی ممکن است دچار درد قفسه سینه شویم:

- بالا رفتن از پله

- هنگام ناراحتی یا عصبانیت

- کار کردن در هوای بسیار سرد یا بسیار گرم

- غذا خوردن بیش از حد در یک وعده غذایی

- استرس عاطفی

- فعالیت جنسی

- انجام فعالیت های سنگین ورزشی

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمت هایی از عضله قلب در اثر تنگی یا انسداد رگ های قلبی از بین می روند

درد قفسه‌ی سینه

درد قفسه‌ی سینه زمانی رخ می دهد که قلب اکسیژن مورد نیاز خود را دریافت نمی کند. اغلب چند دقیقه طول می کشد. درد قلبی با تغییر وضعیت یا نفس کشیدن فرقی نمی کند و به صورت تازیانه‌ای و گذرا نیست. درد سکته قلبی سنگین و فشارنده است و امکان دارد به شانه ها، بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار پیدا کند.



علائم بالینی شامل:

- احساس درد و سنگینی در قفسه سینه

- احساس تنگی نفس

- احساس ناراحتی در قفسه سینه