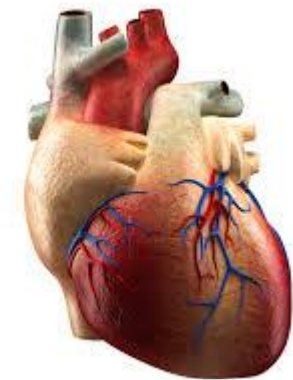




بیمارستان شهید محمد منتظری

سکته قلبی



تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۹/۲۸

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۹/۲۸

کد: MH.BR.PE.EMR.۱۲۲

واحد آموزش به بیمار

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمتهایی از عضله قلب از بین میروند. این حالت در نتیجه تنگی یا انسداد رگهای قلب بوجود میآید .

سکته قلبی با چه علائمی همراه است؟

- درد ناگهانی و معمولاً در قسمت پائین استخوان جناغ و بالای شکم .
- درد سکته قلبی سنگین و فشاردهنده است و امکان دارد به شانه ها، بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار پیدا کند. درد سکته قلبی خود بخود شروع و چند ساعت تا چند روز ادامه یافته و با استراحت یا مصرف قرص نیتروگلسیرین برطرف نمیشود .
- نبض سریع، نامنظم، ضعیف یا حتی غیر قابل لمس
- تنگی نفس و رنگ پریدگی
- عرق سرد و تهوع و استفراغ
- سرگیجه یا احساس سبکی سر

بیمار مبتلا به دیابت در صورتی که دچار سکته قلبی شود ممکن است چندان از درد شکایت نکند

سکته قلبی چگونه درمان میشود؟

۱- اقدامات دارویی ۲- درمان با اکسیژن ۳- مسکن ها

بیماران مبتلا به سکته قلبی چه مواردی را باید رعایت کنند؟

- از انجام فعالیتهایی که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس یا خستگی بیمورد میشود خودداری کنید
- بین کار و فعالیت به استراحت پردازید، کمی خستگی طبیعی است، و در دوران نقاهت انتظار میروید
- در برنامه ریزی فعالیتهای روزانه کارهای سبک و سنگین را بطور متناوب انجام دهید.
- ۲- ۳ هفته از رانندگی اجتناب کند.
- قبل از انجام مقاربت برای جلوگیری از حملات در حین و پس از مقاربت میتوانید از قرص زیر زبانی استفاده نمایید.
- از انجام فعالیت جنسی در زمان خستگی و پس از خوردن غذای سنگین خودداری کنید

با آرزوی بهبودی و سلامتی روز افزون

- از ورزش بلافاصله بعد از مصرف غذا خودداری کنید.
 - در صورت فشار یا درد قفسه سینه که در مدت ۱۵ دقیقه بعد از مصرف نیتروگلسیرین برطرف نمی شود به نزدیکترین مرکز فوریتها اطلاع دهید.
 - قرص زیر زبانی را همیشه همراه خود داشته باشید و در مواقع درد قفسه سینه و یا قبل از انجام فعالیت هایی که باعث ایجاد درد می شود از آن استفاده کنید.
 - روزی ۳ الی ۴ بار غذا بخورید
- علائم زیر را به پزشک اطلاع دهید :
- تنگی نفس
 - غش و سنکوب
 - ضربان قلب کند یا تند
 - تورم پاها و میچ پاها

- از خوردن غذای زیاد و عجله در غذا خوردن خودداری کنید.
- از نرم کننده های مدفوع برای جلوگیری از زور زدن در هنگام اجابت مزاج استفاده کنید.
- از روغن ماهی، زیتون، ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده نمایید.
- بجای سرخ کردن غذا از کباب یا بریان یا آبپز کردن استفاده کنید.
- برای طعم دادن به غذا بجای نمک از آبلیمو، سرکه، میوه و سبزیجات معطر استفاده نمایید
- استفاده از غذاهایی مانند سویا، کلم، لوبیا سبز و قرمز، نان گندم، برنج سبوسدار، جو، سیب، گلابی، میتواند در کاهش کلسترول مؤثر باشد.
- مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین را محدود کنید.
- به نوعی تفریح مناسب پردازید که فشار عصبی را کاهش دهد.
- هر روز راه بروید. مدت و فاصله راه رفتن را طبق دستور پزشک افزایش دهید.