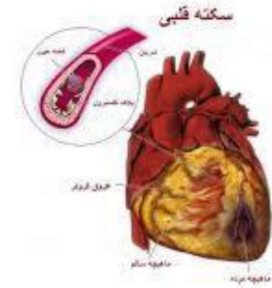


 بیمارستان قائم (عج) بردرسیر	عنوان : سکته قلبی	 دانشگاه علوم پزشکی کرمان
تاریخ بازنگری: پاییز 1403 واحد آموزش سلامت		
شماره واحد: 03433525542		
منبع : کتب پرستاری قلب و عروق برونر و سودارت		



سکته قلبی

- آسپرین را جایگزین مراقبت های پزشکی نکنید

استراحت کنید و منتظر بمانید تا 115 برسد فهرستی از داروهای خود را در کیف پول خود و یا تلفن همراه همراه داشته باشید

کارهایی که می توانید برای کاهش بروز حمله قلبی انجام دهید :

- کنترل و مدیریت فشار خون : دستگاه فشار خون مناسب تهیه کنید و استفاده از آن را یاد بگیرید وفشارخون خود را کنترل نمایید
- برنامه غذایی سالم داشته باشید . مصرف نمک را محدود کنید
- اضافه وزن را کنترل کنید
- فعالیت بدنی کافی داشته باشید (حداقل هفته ای 5 بار با مدت زمان 30 دقیقه هر بار)
- کنترل دیابت
- ترک سیگار یکی از بهترین کارهایی است که میتوانید برای کاهش خطر حمله قلبی انجام دهید

حمله قلبی زمانی اتفاق می افتد که جریان خون از طریق یک یا چند شریان کرونری مسدودوخونرسانی بخش هایی از قلب متوقف می شود و باعث آسیب آن قسمت می شود . هر چه درمان سریعتر انجام شود آسیب کمتری به عضله قلب وارد خواهد شد .

انفارکتوس میوکارد یا MI آسیب یا مرگ بخشی از عضله قلب می باشد

حمله قلبی:

معمولا همراه با حالت تهوع ، استفراغ ، ضعف ،خستگی ، تعریق است که حالت استراحت رخ میدهد

زمان درد بیش از 30 دقیقه طول می کشد

درد بیمار با استراحت و نیتروگلیسرین کاهش نمی یابد

علل سکته قلبی :

- آترواسکروزیس : تصلب شرایین
- ترومبوز : لخته خون
- اسپاسم عروق کرونر : انقباض شدید و متوقف شدن جریان خون

علامت شایع سکته قلبی :

- ناراحتی و درد قفسه سینه که با استراحت و مصرف نیتروگلیسرین تسکین پیدا نمی کند (احساس فشار- فشردن - درد- سوزش یا سنگینی در قفسه سینه)ناراحتی و درد درقسمت بالای بدن (گردن - فک -شانه-بازوها - پشت)
- حالت تهوع ، سبکی سر ، ضعف ، خستگی
- تنگی نفس (افراد دیابتی معمولا فقط به تنگی نفس دچار می شوند)
- اگر این علامت را داشتید فوراً با 115 تماس بگیرید
- تمام فعالیت ها را متوقف کنید و در هر موقعیتی که راحت تر است بنشینید یا دراز بکشید
- اگر نیتروگلیسرین استفاده می کنید دوز همیشگی خود را مصرف کنید
- اگر حساسیت به آسپرین ندارید یک قرص آسپرین 325 یا دو قرص آسپرین 80 میلی گرم را بجوید و قورت دهید
- داروهای ضد درد دیگر مانند استامینوفن یا ایبوپروفن را به جای آسپرین نخورید

- 1-مسکن ها
 - 2-آنتی اسیدها
 - 3-ضد آلرژیک ها
 - 4-برخی ویتامین ها
- و داروهای سرماخوردگی

رژیم غذایی :

- استفاده از سبزیجات و میوه ها که منبع قوی از ویتامین ها، فیبر ، مواد معدنی و آنتی اکسیدان هستند
- حداقل دوبار در هفته ماهی بخورید ماهی های سالمون - ماهی خال مخابی و شاه ماهی
- حداقل نیمی از غلات مصرفی روزانه شما از غلات کامل مانند گندم کامل -بلغور جو دوسر - سیوس جودوسر - کینوا - برنج قهوه ای و جو پوست کنده باشد
- انواع سبزیجات از جمله سبزیجات رنگ روشن و نارنجی و سبز تیره استفاده کنید (هویج - کدو حلوائی - سیب زمینی - کاهو - کلم بروکلی و کلم پیچ)
- از غذاهای سرخ کردنی -کباب چرب-ترشیجات و غذاهای دودی اجتناب کنید
- از غذاهای بخارپز -آب پز مصرف نمایید

- در صورت بروز هرگونه درد قفسه سینه به متخصص قلب مراجعه کنید

داروها در بیمارستان :

- داروهایی که برای شما تجویز شده است به بهبودی قلب شما کمک می کند و شما را از آسیب بیشتر محافظت می کند
- گاه لازم است این داروها را تا آخر عمر مصرف کنید
- قرص آسپرین ،این دارو اثر ضد پلاکت دارد و لخته را حل می کند
 - نیتروگلیسرین، اثر گشاد کننده عروق قلبی را داردو سریع الاثر می باشد
 - داروهای ضد انعقاد ،که بصورت وریدی یا زیر جلدی تزریق می شود و خون را رقیق کرده و از پیشرفت لخته جلوگیری می کند .
 - برای درمان برخی از انواع حمله های باید از داروهای لخته شکن که ترومبو سیتیک نامیده می شوند استفاده کرد

داروهایی که باید در مصرف همزمان آن با داروهای خود احتیاط کنید شامل موارد زیر است :