



بیمارستان قائم (عج)
پردیس

عنوان :

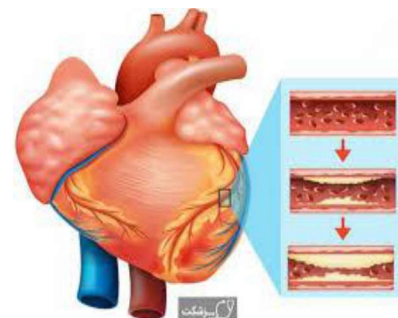
سندرم حاد کرونری

دانشگاه علوم پزشکی
کرمان

تاریخ بازنگری: پاییز 1403 واحد آموزش سلامت

شماره واحد: 03433525542

منبع: کتاب پرستاری قلب و عروق برونر و سودارت



سندرم حاد کرونری

شایعترین علت: بیماری قلبی عروقی، اترواسکلروز کرونراست

که با تجمع غیر طبیعی مواد چربی و بافت فیبری در جدار رگ مشخص می شود و باعث انسداد -تنگی رگ و کاهش جریان خون به عضله قلب می شود .

بی حرکتی و چاقی و افزایش سطح کلسترول خون -ژنتیک - محیط - بروز صدمه با سیگار کشیدن - فشار خون بالا -دیابت از عوامل بروز بیماریهای قلبی و عروقی هستند

چهار عامل خطر آفرین قابل تعدیل دربروز بیماری های قلبی (فرد می تواند آن را کنترل کند):

➤ پر فشار خون

➤ دیابت

➤ مصرف سیگار

➤ افزایش سطح کلسترول می باشد

علائم و نشانه ها :

درد قفسه سینه - تپش قلب - افزایش فشار خون -تنفس

کوتاه - تنگی نفس - تهوع و استفراغ - پوست سرد و مرطوب

- تعریق - ظاهری رنگ پریده - اضطراب - بیقراری

فعالیت :

➤ ورزش و فعالیت منظم ،جهت کاهش وزن -تنظیم قند

خون - کنترل استرس و نقش موثری دارد میزان

انجام فعالیت های ورزشی را با نظر پزشک تنظیم کنید

➤ از فعالیت در محیط های خیلی گرم یا سرد خودداری

کنید

رژیم غذایی :

➤ مایعات فراوان بنوشید تا از یبوست جلوگیری شود

➤ توصیه الگوی منظم غذا خوردن (خودداری از خوردن

غذای زیاد ،خوردن غذا با عجله ، رعایت رژیم غذایی

➤ از خوردن چای پرنگ و نوشیدنی حاوی کافئین

خودداری کنید

➤ از رژیم غذایی کم نمک و و پر فیبر استفاده نمائید نه

تنها از یبوست و زور زدن جلوگیری می کند بلکه تعداد

و شدت حملات در د سینه را کاهش می دهد

➤ از سبزیجات و میوه های تازه استفاده کنید

➤ مصرف مقدار لازم از چربیهای سالم برای بدن ضروری

است و به جذب ویتامین ها کمک می کند چربیهای غیر

اشباع از منابع گیاهی مثل روغن زیتون - کنجد و

که برای قلب و عروق خونی شما مفید هستند

➤ مقدار قند را در رژیم غذایی خود محدود کنید

➤ مصرف مغزیجات بسیار مفید میباشد

اقدامات مراقبتی :

➤ در صورت داشتن درد به روش زیر عمل کنید

• کلیه فعالیت های خود را متوقف کنید

• قرص نیتروگلیسرین را سریعاً زیر زبان قرار دهید و تا

قطع کامل درد استراحت کنید و برای جلوگیری از

کاهش فشار خون وضعیتی دراز بکشید

• اگر درد شما کاهش نیافتد درد بیشتر شد به

مرکز درمانی سریعاً مراجعه کنید

➤ از انجام مانور والسالوا اجتناب کنید

(مانور والسالوا): نگه داشتن نفس در حین تغییر وضعیت در تخت

زور زدن در موقع اجابت مزاج)

➤ استرس در تشدید بیماری نقش مهمی دارد و پس سعی

کنید از محیط های استرس زا و اضطراب دوری کنید

➤ اهمیت ترک سیگار و اثرات نیکوتین روی سیستم قلب

سیگار باعث سریع کار کردن قلب و عروق خونی را تنگ

می کند و اکسیژن رسانی به قلب را کاهش می دهد

➤ داروهای خود را طبق دستور پزشک معالج بطور منظم

مصرف کنید

➤ از قطع خود سرانه داروهای خود پرهیز کنید

اصلاح الگوی غذایی ، کنترل فشار خون ،کاهش وزن ،

تحرك بیشتر ،ترک سیگار راههایی برای کاهش خطر ابتلا به

بیماریهای قلبی است

➤ اجتناب از هر گونه فعالیت که باعث درد قفسه سینه -

تنگی نفس و خستگی شود

➤ فعالیت های تفریحی که فشار عصبی را کم می کند

انجام دهید

➤ خودداری از انجام ورزش بلافاصله بعد از غذا

➤ قرار گیری در معرض دود سیگار دیگران نیز موجب

بیماری قلبی در افراد غیر سیگاری می گردد

اکسیژن درمانی :

1.گاهی برای بهبود وضعیت تنفسی و عملکرد بهتر سیستم قلب

و عروق شما نیاز به استفاده از اکسیژن دارید اما باید بدانید که

نباید خود سرانه و بیش از حد نیاز به بیمار اکسیژن بدهید بنابراین

طبق صلاحدید پزشک روش و میزان اکسیژن دریافتی بیمار

مشخص گردد

2.گاز اکسیژن بسیار آتش را است در محلی که کپسول اکسیژن

گذاشته می شود در این محل سیگار کشیده نشود .

3.شعله آتش دور باشد مواد آتش را مثل الکل - مواد روغنی - و

غیره در این محل گذاشته نشود

4.کپسول اکسیژن را فیکس کنید (با وسیله ای مانند یک قطعه

زنجیر)

علائم هشدار دهنده :

درد فشار دهنده قفسه سینه همراه با تهوع و استفراغ ،تعریق شدید

افزایش ضربان قلب یا کند شدن ضربان قلب

تورم پا و قوزک پا ،تنگی نفس شدید

حمله درد قفسه سینه متفاوت با گذشته یا شدید تر از حد معمول

حتما با 115 تماس بگیرید یا به پزشک معالج خود مراجعه کنید