



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

## آنژیوگرافی

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و تریخیص

**آنژیوگرافی طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.**

### ❖ اقدامات و توصیه های قبل از آنژیوگرافی

- ✓ قبل از عمل موهای موضع عمل، باید تراشیده شود. قبل از رفتن به اتاق عمل، زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید. در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مthane (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری (دیابت، آسم و ...) و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ حین عمل کاتتریسیم و تزریق ماده حاجب احساس فشار و گرگرفتگی و داغ شدن طبیعی است که باکشیدن چند نفس عمیق این حالت بر طرف خواهد شد
- ✓ احتمال ایجاد حالت تهوع و استفراغ در زمان تزریق ماده حاجب طبیعی است و لازم است که به پرستار اطلاع دهید تا اقدامات مورد نیاز به عمل آید.
- ✓ در هنگام آنژیوگرافی احساس تپش در قفسه سینه خواهید داشت و باید سرفه کنید یا نفس عمیق بکشید.
- ✓ شما بر روی تخت مخصوص آنژیوگرافی دراز می کشید.
- ✓ وسایل بررسی وضعیت قلب و ریه به دست و پاهایتان وصل شده سپس در محل کشاله ران پوشش استریلی روی آن قرار می گیرد.
- ✓ آرام بخشی به شما داده می شود، اما شما همچنان بیدار هستید. پزشک، منطقه ای را بر روی کشاله ران یا دست شما بی حس کرده و یک لوله (کاتتر) را داخل سرخرگ ران وارد و به قلب شما می راند. درداین امر بیشتر از درد یک نمونه گیری خون ساده نیست.
- ✓ مایع مخصوصی از طریق کاتتر به درون رگ ها رانده می شود تا سرخرگ ها به شکل مطلوبی در عکسبرداری با اشعه ایکس دیده شوند.
- ✓ تصاویر اشعه ایکس متعددی با حرکت مایع در سرخرگ گرفته می شود. ممکن است از شما خواسته شود که نفس خود را نگه دارید یا سرفه کنید. نگران نشوید.
- اینکار جهت خارج شدن سریعتر ماده حاجب از رگ کروتر می باشد. با بررسی تصاویر اشعه ایکس، پزشک هرگونه مشکل موجود در سرخرگ های شما را تشخیص می دهد.
- ✓ شما اندکی فشار در هنگام وارد شدن کاتتر (لوله) احساس می کنید. با وارد شدن مایع، شما بندرت اندکی احساس ناراحتی در قفسه سینه می کنید.
- ✓ ممکن است احساس نیاز به ادرار کردن داشته باشید.

### ❖ اقدامات و توصیه های بعد از آنژیوگرافی

- ✓ پس از خروج کاتتر یک پزشک یا پرستار فشار مستقیمی را بر روی محل وارد شدن کاتتر به مدت ۱۵ دقیقه یا بیشتر وارد می کند تا مطمئن شود که خونریزی داخلی وجود ندارد.
- ✓ پس از انجام آنژیوگرافی، بیمار به بخش خود یا بخش مراقبت های ویژه (CCU) منتقل می شود.
- ✓ یک کیسه حاوی شن روی کشاله ران به مدت ۴ - ۳ ساعت یا حداکثر ۶ ساعت قرار داده می شود تا از خونریزی این ناحیه جلوگیری شود.
- ✓ علائم حیاتی شما دقیقاً کنترل می شود. (فشار خون و نبض بخصوص نبض های محیطی و ...)
- ✓ محل آنژیوگرافی مرتباً توسط پرستار مربوطه از نظر علائم خونریزی و یا کبودی کنترل می شود.

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ یک تا دو ساعت بعد از آنژیوگرافی می توانید رژیم مایعات و سپس رژیم عادی را شروع کنید.

### ❖ فعالیت

- ✓ طی این مدت باید بی حرکت بر روی تخت بخواهید (بسته به نظر پزشک از ۱۲-۴ ساعت).
- ✓ اگر کاتترگذاری از رگ ران صورت گرفته باشد، چند ساعت به پشت دراز بکشید و اگر از طریق رگ دست صورت گرفته باشد، شما نیاز به دراز کشیدن ندارید.

### ❖ دارو

- ✓ داروها طبق دستور پزشک در زمان تعیین شده توسط پرستار به شما داده می شود.



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

## آنژیوگرافی

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از غذاهای سبک وعده های غذایی و با حجم کم استفاده کنید. غذا را به آهستگی خورده و کاملاً بجوید، از پر خوری پرهیز کنید و قبل از احساس سیری کامل، دست از غذا بکشید. پس از صرف غذا استراحت کنید. از غذاهای کم نمک، کم چرب و کم کالری و سرشار از گلوکز و پتاسیم استفاده نمائید.
- ✓ گوشت قرمز حاوی (کلسترول بد است، از آن به مقدار کم استفاده نمائید.
- ✓ از مصرف فرآورده های گوشتی فرآیند شده مانند سوسیس و کالباس تا حد امکان اجتناب کنید.
- ✓ از مصرف گوشتهای ارگانی مانند: جگر، قلوه و مغز تا حد امکان اجتناب کنید. گوشت مرغ را به صورت آب پز و کبابی استفاده کنید.
- ✓ از ماهی در رژیم غذایی استفاده کنید. از سبزی ها و میوه ها زیاد استفاده کنید.
- ✓ از مایعات استفاده کنید.

### ❖ فعالیت

- ✓ اگر در حین فعالیت احساس گیجی و ضعف و درد قفسه سینه، تنگی نفس و خستگی داشتید و ضربان قلب شما به بیش از ۲۱ ضربه بیشتر از ضربان پایه رسید، بلافاصله فعالیت را متوقف نمایید. فعالیت را به تدریج و به آهستگی از سر بگیرید.
- ✓ از انجام فعالیتهایی که فشار زیادی به قلب وارد می کنند مثل: زورزدن هنگام اجابت مزاج، کشیدن یا بلند کردن اجسام سنگین، خودداری نمائید.
- ✓ در هنگام صبح، فعالیت را به آهستگی آغاز نمایید و برای انجام کارها عجله نکنید.
- ✓ در برنامه ریزی فعالیت های روزانه، کارهای سبک و سنگین را به طور متناوب انجام دهید و بین فعالیت ها دوره های مکرر استراحت داشته باشید و در مواقع لزوم در انجام کارها از مشارکت اعضای خانواده استفاده نمایید.
- ✓ به تدریج ورزش هایی مثل: پیاده روی، آهسته دویدن، شنا و دو چرخه سواری را می توانید به طور روزانه انجام دهید. این حرکات موزون و تکراری بهترین نوع ورزش هستند.
- ✓ بهتر است قبل از شروع ورزش و پس از پایان آن به مدت ۵-۲ دقیقه به طور آهسته راه بروید.

### ❖ مراقبت

- ✓ جهت استراحت، در اتاق گرم قرار گرفته و در هوای سرد آهسته تر راه بروید و لباس گرم بپوشید.
- ✓ بالا رفتن از پله های زیاد را مگر در موارد ضروری محدود کنید.
- ✓ وسایل سنگین بیش از یک کیلوگرم را به مدت یک هفته جابجا نکنید. تا یک هفته بعد از آنژیوگرافی از رانندگی خودداری کنید.
- ✓ ۲-۳ ساعت بعد از خوردن غذا فعالیت بدنی انجام ندهید.
- ✓ از دوش گرفتن با آب داغ یا سرد بلافاصله قبل و بعد از ورزش خودداری کنید.
- ✓ از حمام داغ اجتناب نمایید زیرا منجر به اتساع عروق و سرگیجه و غش و یا خونریزی محل آنژیوگرافی می شود.
- ✓ می توانید با حضور فرد دیگری در منزل به مدت ۱۱ تا ۱۵ دقیقه با آب ولرم ترجیحاً دو روز بعد از آنژیوگرافی استحمام نمایید.
- ✓ از نگه داشتن نفس در حین تغییر وضعیت در تخت و زور زدن اجتناب کنید.

### ❖ دارو

- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک را طبق دستور و تا اتمام کامل یک دوره آن مصرف نمائید.

### ❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت کاهش تحمل فعالیت، تنگی نفس بخصوص در هنگام فعالیت، تورم و علائم عفونت زخم، در صورت گسترش کبودی به بیمارستان مراجعه نمائید.