

❖ درد قفسه سینه

درد قفسه 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 ثانیه ای و گذرا نیست.

علائم بالینی شامل :

- احساس درد، سنگینی، سوزش و فشار در قفسه سینه
- احساس تنگی نفس با دویدن
- احساس ناراحتی یا دردی که ممکن است به بازوها پشت ، گردن ، فک یا معده تیر بکشد، به عنوان قانون درد از فک تا ناف درد قلبی است مگر خالفش ثابت شود.
- احساس بی حسی و سوزش در شانه ها ، بازوها یا مچ دست ها

نکته: بیماران دیابتی بدلیل نوروپاتی

دیابتی، ممکن است درد آنژیینی را حس نکنند.

❖ چه زمانی ممکن است دچار درد

قفسه سینه شویم:

- بالا رفتن از پله
- هنگام ناراحتی یا عصبانیت
- کارکرد در هوای بسیار سرد یا بسیار گرم
- استرس عاطفی
- فعالیت جنسی
- ورزش سنگین
- فشارخون بالا
- غذاخوردن بیش از حد در یک وعده غذایی و خوردن غذاهای سنگین



❖ خودمراقبتی در منزل:

- ✓ قطع سیگار و دوری از برخورد با افراد سیگاری
- ✓ عدم استفاده از غذای حاوی چربی اشباع ، روغن نباتی جامد و کلسترول
- ✓ کنترل فشارخون بالا ، سطح کلسترول خون، قندخون، و کنترل وزن
- ✓ اجتناب از دمای خیلی بالا یا خیلی پایین
- ✓ استرس خود را کنترل کنید. زیرا باعث افزایش فشار خون و ضربان قلب و در نتیجه افزایش کار قلب می شود.
- ✓ مصرف پرل نیتروگلسیرین قبل از فعالیت جنسی
- ✓ از خوردن غذاهای سنگین اجتناب کنید، زیرا باعث افزایش جریان خون برای هضم غذا شده و جریان خون به سمت قلب را کاهش می دهد.



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرنند



درد قلبی

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری: زمستان ۱۴۰۲

❖ نکات لازم در هنگام بروز درد قلبی:

در هنگام بروز درد قلبی، از داروی نیتروگلیسرین بصورت زیرزبانی استفاده نمایید.

قبل از مصرف قرص نیتروگلیسرین، از مرطوب بودن دهان خود مطمئن شوید. سپس تا زمانی که قرص حل نشده است، بزاق خود را فرو نبرید. اگر دردتان شدید است، می توانید قبل از استفاده، قرص را بین دندان ها له کنید تا سریع تر جذب شود.

به یاد داشته باشید پس از مصرف نیتروگلیسرین، حتما بنشینید تا از افت فشارخون و سنکوپ پیشگیری شود.

اگر درد آرام نشد، می توانید این اقدامات را تا مصرف ۳ قرص به فاصله هر ۵ دقیقه ادامه دهید و در صورت عدم تسکین درد، به نزدیک ترین مرکز فوریت های پزشکی مراجعه نمایید.

منبع:

کتاب داخلی جراحی برونسودارث قلب و عروق ۲۰۱۸

در صورت تغییر خصوصیات درد و یا افزایش شدت آن و یا افزایش تعداد دفعات تکرار آن با ۱۱۵ تماس گرفته و به اورژانس مراجعه کنید.

باید قرص های زیر زبانی را دور از نور و در جای سرد نگه داری کنید . نیترو گلیسرین می تواند به صورت اسپری یا کپسول ، برچسب و پماد پوستی باشد.

❖ اقدامات تشخیصی لازم :

اقدامات تشخیصی جهت بررسی علل درد قلبی می تواند شامل معاینه ، آزمایش خون ، تست ورزش ، نوار قلب ، اکوکاردیو گرافی ، تالپوم اسکن، آنژیو گرافی کرونر و اسکن هسته ای باشد.

