

سکته قلبی

سکته قلبی یا حمله قلبی، عبارت از انهدام و مرگ سلولی دائم و غیرقابل برگشت در بخشی از عضله قلب (میوکارد) است که به علت از بین رفتن جریان خون و وقوع یک آسیب شدید در آن قسمت از قلب روی می دهد. این توقف گردش خون ممکن است ناگهانی و بدون هیچ علامت قبلی نمایان گردد یا پس از چند حمله آنژینی (درد قفسه سینه) نمود یابد. عمده ترین دلیل سکته بسته شدن رگ های تغذیه کننده قلب است .

علائم: در اکثر موارد انفارکتوس میوکارد همراه با تظاهرات معمولی و تیپیک است که تشخیص را آسان می سازد. **یک درد موضعی قفسه سینه** که در مرکز قفسه صدی (سینه) با قابلیت انتشار به طرف آرواره، بازوها، پشت و گردن است و بیشتر از ۲۰ دقیقه طول می کشد . اگر درمان نشود این درد آزاردهنده و بحرانی است و مدتها به طول می انجامد.

❖ علائم مهم و قابل توجه :

- بیدار شدن در شب به دفعات جهت ادرار کردن
 - خستگی زودرس
 - کوتاه شدن تنفس حین فعالیت
 - کاهش اشتها
 - افزایش وزن
 - تورم در زانوها ، پاها ، شکم
 - بروز سرفه و خلط
- در صورت علائم فوق پزشک خود را مطلع سازید.



بیمار گرامی !

برای ارتقای کیفیت زندگی، شما باید عادات صحیح را بیاموزید.

❖ لطفا :

- ✓ از انجام فعالیت سنگین که باعث درد قفسه سینه ، تنگی نفس یا خستگی می شود خودداری کنید.
- ✓ از تماس با سرما و گرمای زیاد خودداری کنید و در مقابل باد شدید راه نروید در صورت قرار گرفتن در هوای سرد از شال گردن استفاده کنید و دستکش گرم بپوشید .
- ✓ قطع استعمال دخانیات ضمنا از قرارگیری و تماس با افراد سیگاری اجتناب شود.
- ✓ کمی خستگی در دوران نقاهت طبیعی است . نگران نباشید.
- ✓ از خوردن غذای زیاد در یک وعده خودداری کنید ، با عجله غذا نخورید و چربی و نمک را محدود کنید.
- ✓ فشار خون خود را هر هفته کنترل کنید .



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرند



سکته قلبی

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری : زمستان ۱۴۰۲

❖ برگشت به کار :

شما میتوانید ۸ - ۴ هفته بعد از ترخیص به کار

برگردید، اما این نکات را مد نظر قرار دهید.

ابتدا به صورت نیمه وقت کار کنید.

از زیاد ماندن سرکار خودداری کنید .

در موقعیت های پرسترس قرار نگیرید .

اقدامات لازم در زمان بروز درد قفسه سینه:

به محض شروع حمله ، فعالیت را قطع کنید ، بنشینید

و قرص را زیرزبان بگذارید .

در صورت تسکین درد ناگهان به حالت ایستاده قرار

نگیرید چون منجر به سرگیجه و سقوط شما میشود .

در صورتی که درد شما تسکین نیافت، می توان

گذاشتن قرص زیرزبانی TNG را تا حداکثر ۳ بار تمدید

کرد (به فاصله هر ۵ دقیقه)

منبع :

کتاب داخلی جراحی برونسودارث ۲۰۱۸

اصول مراقبت در منزل

✓ از تفریحات سالم که با کاهش فشار عصبی

میشود غافل نشوید.

✓ از دوش آب سرد اجتناب کنید و همیشه

قرص TNG همراه داشته باشید.

❖ چگونگی ازسرگیری فعالیت :

فعالیت شما در ابتدا با انجام کارهای روزمره نظیر شانه

زدن مو ، حمام کردن ، پوشیدن لباس شروع شود و با

توجه به وضعیت بدنی و توان شما به تدریج فعالیت ها

افزایش یابدو از بالا نگهداشتن دست ها در حین کار

خودداری نمایید .

تا ۴ هفته بعد از سکته قلبی از تماس جنسی

خودداری کنید .

نیم ساعت قبل از تماس جنسی از قرص زیرزبانی

استفاده کنید.

