

❖ فیبر یلاسیون دهلیزی :

فعالیت نامنظم قلب می باشد که موجب لرزش سریع و نامنظم دهلیز می شود. ممکن است به طور ناگهانی شروع و خاتمه یابد و یا ممکن است مداوم و مستمر بوده و به درمان دارویی نیاز داشته باشد .



❖ داروها :

در شرایط حاد بیماری و در زمان بستری ، اکسیژن درمانی و دارودرمانی برای کنترل ضربان قلبی و ایجاد یک ضربان قلب منظم شروع می شود در زمان ترخیص وارفارین، وراپامیل، ایندرا، دیلتیازیم و دیگوکسین داروهایی هستند که به صورت خوراکی پس از ترخیص ممکن است استفاده شوند.

❖ خودمراقبتی در منزل

رژیم غذایی :

❖ در زمان بستری تا ۶ ساعت بروز علائم چیزی نخورد و سرم تراپی شود و سپس رژیم نرم و سبک و کم حجم و پرپتاسیم ، کم نمک و پرپروتئین داشته باشد.

❖ جهت پیشگیری از نفخ بهتر است که سبزی خام و نوشابه الکلی استفاده نشوند

❖ پرهیز کامل از غذاهای با روغن اشباع و کلسترول بالا از جمله کله پاچه، دل جگر قلوه لبنیات پر چرب و دنبه

❖ محدود کردن نمک و حذف غذاهای پر نمک مثل چیپس ، کنسروها، گوشت و ماهی نمک سود



❖ محدود کردن غذاهای سرخ شده و کبابی و استفاده از غذاهای آبپز

❖ کم کردن گوشت قرمز و استفاده از گوشت سفید

❖ خوردن هرروز سبزیجات ، غلات ، اجیل ودانه ها

❖ استفاده هفته ای ۲تا۳ بار غذای دریایی میگو و ماهی و داشتن رژیم پر پتاسیم

❖ نحوه فعالیت :

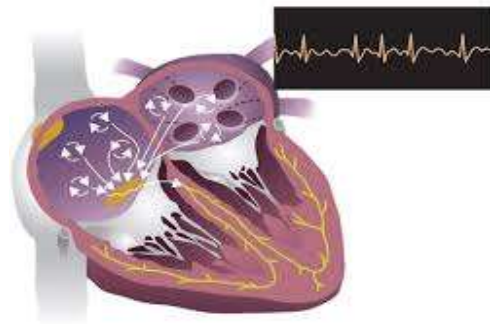
✓ در روز اول بستری و یا تا زمان داشتن علائم طپش قلب، استراحت مطلق در تخت داشته باشید

✓ جهت جلوگیری از لخته شدن خون در رگ ها، اندامها را در تخت جابجا کنید و تغییر وضعیت در تخت داشته باشید

✓ در زمان ترخیص در منزل برای جلوگیری از طپش قلب فعالیت سنگین نداشته باشید و حداقل هفته ای ۳ بار به مدت ۳۰ دقیقه ورزش های سبک مانند پیاده روی، دوچرخه سواری و تنیس انجام دهید.



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرند



فیبریلاسیون دهلیزی

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری : زمستان ۱۴۰۲

❖ مراجعه بعد:

در صورت احساس طپش قلبی و نامنظمی در ضربان قلب سریعاً به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید و برای انجام معاینات دوره ای به طور منظم به پزشک مراجعه کنید و آزمایشات دوره ای را منظم انجام دهید.

❖ مراقبت :

در صورت احساس ضعف و خستگی و سرگیجه و تنگی نفس و احساس نامنظمی ضربان قلب و طپش قلب و احساس گیجی و منگی اطلاع دهید

اکسیژن درمانی و مانیتورینگ

گرفتن نوارقلب تا ۳ روز و کنترل وزن روزانه و توجه به اجابت مزاج و جلوگیری از یبوست و انجام آزمایشات به طور مرتب

منبع:

کتاب داخلی جراحی قلب و عروق فویرایش ۲۰۱۸

❖ عوامل تشدید کننده :

سن (بالتر از ۶۵ سال)

بیماری قلبی، نارسایی احتقانی قلب

فشارخون بالا (بالتر از ۱۴۰/۹۰ میلی متر جیوه)

چاقی

سابقه خانوادگی

مصرف الکل

پرکاری تیروئید

استرس

❖ عوامل کنترل کننده :

کم کردن استرس و کنترل بیماری قلبی و فشار

خون و تیروئید

رعایت رژیم غذایی

مصرف ویتامین C