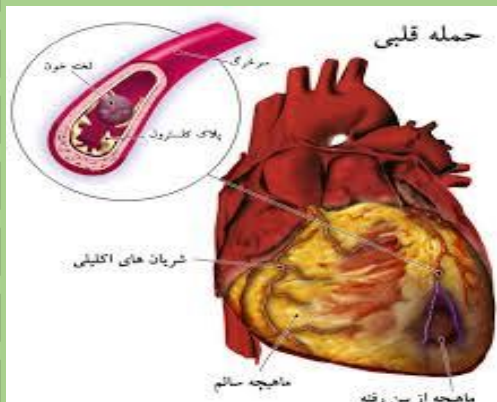




دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

آموزش به بیمار

سکته قلبی



واحد سلامت همگانی
بیمارستان خاتم الانبیاء شیروان
زمستان ۱۴۰۳

تشخیص:

از طریق انجام نوار قلب ، اکو و تست های آزمایشگاهی
خاص تشخیص داده میشود.

درمان:

اولین قدم استراحت کامل و تماس فوری با اورژانس
ومراکز درمانی ،تجویز اکسیژن و کنترل فشارخون وریتیم
قلبی می باشد وتجویز دارو توسط پزشک انجام میشود.

سکته قلبی:

سکته قلبی در اصلاح پزشکی (ام آی) ویا انفارکتوس
میوکارد یا حمله قلبی گفته می شود.

عوامل سکته قلبی:

انسداد عروق تغذیه کننده ماهیچه قلب منجر به انفارکتوس
میوکارد می شود که درمان ،آسان نخواهد بود.
عوامل مساعد کننده ای مانند دیابت(بیماری قند
خون)،فشارخون بالا،سیگار،زیادی کلسترول خون و غیره
باعث انسداد عروق کرونرو متعاقب آن سکته قلبی می
شوند.

علائم سکته قلبی:

یک درد موضعی قفسه سینه که در مرکز قفسه سینه با
قابلیت انتشار به طرف آرواره ها ،بازوها،پشت و گردن
ایجاد میشود وبیشتر از 20 دقیقه طول می کشد.اگر درمان
نشود این درد آزار دهنده و بحرانی است و مدت ها به طول می
انجامد.

پیشگیری :

با تغییر سبک زندگی به یک سبک سالم می شود از خطر بیماریهای قلبی پیشگیری نمود.

عوامل اساسی یک سبک زندگی سالم شامل:

سیگار نکشیدن و یا ترک سیگار

رژیم غذایی مناسب (سبزی و میوه زیاد و خوردن چربی کم، قند و گوشت کم)

حداقل 30 دقیقه ورزش در روز

کنترل بیماری هایی از قبیل دیابت، فشارخون بالا و کلسترول

دوری از محیط پر استرس

خوابیدن به مدت نیم ساعت یا کمی بیشتر در میانه روز

میتواند فشارخون را پایین آورده در نتیجه سبب کاهش

خطر حمله قلبی تا 10 درصد شود. پژوهشگران اعتقاد دارند که واکسن آنفولانزا در برابر حمله قلبی و سکته مغزی نقش محافظتی دارد و برای بیماران قلبی توصیه شده است.

چطور بفهمیم که سکته قلبی سراغمان آمده؟

-درد قفسه سینه رایج ترین علامت سکته قلبی است، چه تند و تیز باشد و چه کند.

-گاهی اوقات درد ناشی از سکته قلبی، خارج از ناحیه قفسه سینه است و باعث درد گردن، شانه، درد پشت و حتی دست ها میشود. درد این قسمت ها کند و خسته کننده است.

-سرگیجه، احساس سبکی سر و غش نیز

-از علائم شایع سکته قلبی هستند، هرچند که در هر فرد دچار حمله قلبی بروز نمیکند.

تنگی نفس که به طور ناگهانی ایجاد میشود نیز از علائم سکته قلبی است. افرادی که قبل از حمله قلبی دچار تنگی نفس می شوند، می گویند مثل این است که آن ها به سختی ورزش کرده اند، با اینکه نشسته اند و استراحت می کنند.

--حالت تهوع ممکن است منجر به ایجاد عرق سرد و استفراغ شود.

-خیلی از افراد در معرض خطر سکته قلبی، خیلی مضطرب و دلواپس می شوند. این احساس اضطراب و نگرانی زیاد، به طور ناگهانی ایجاد میشود.

اگر احساس کردید خودتان و یا فرد دیگری که

نزد شماست، در معرض خطر بروز سکته قلبی

است فوراً به اورژانس زنگ بزنید

منابع:

بروئر سود ارث ۲۰۱۴