

توضیح سکنه قلبی :

نرسیدن خون و اکسیژن کافی به یک منطقه از قلب که بر اثر آن قلب دچار صدمه دائمی یا مرگ سلولی می شود را سکنه قلبی می گویند .

علت سکنه قلبی :

- بسته شدن نسبی یا کامل سرخرگ های قلب توسط لخته خون
- گرفتگی یا انقباض عروقی

علائم سکنه قلبی :

- ✓ درد قفسه سینه یا احساس سنگینی، فشرده گی، یا له شدگی در قفسه سینه
- ✓ دردی که از میان قفسه سینه به جناغ و گاهی آرواره ، گردن ، بازوها ، بین دو کتف یا بالای شکم نیز تیر می کشد
- ✓ تنگی نفس
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ تعریق زیاد
- ✓ منگی و سبکی سر
- ✓ ضعف
- ✓ احساس خفگی
- ✓ رنگ پریدگی

۱

عوامل خطر سکنه قلبی :

- چاقی و افزایش وزن
- گرما و سرمای شدید
- فعالیت شدید
- استعمال سیگار
- رژیم غذایی پرنمک و پر چرب
- بی تحرکی
- سابقه داشتن افزایش فشارخون و افزایش چربی خون
- سابقه ابتلا به دیابت
- عوامل ژنتیکی
- جنسیت (در مردان بیشتر)
- فشارهای عصبی و روانی
- عفونت لته و عدم رعایت بهداشت دهان
- مصرف قرص های ضد بارداری

تشخیص سکنه قلبی :

- نوار قلب
- اسکن قلب
- آنژیوگرافی (عکسبرداری از رگ های قلب با اشعه ایکس به کمک تزریق ماده حاجب درون آن ها)
- آزمایش خون (اندازه گیری آنزیم های قلبی)

۲

عوارض سکنه قلبی :

این بیماری بسته به شدت آن می تواند عواقبی را به دنبال داشته باشد . ولی با درمان اورژانسی و بستری کردن بیمار در بخش مراقبت های ویژه قلب (CCU) اکثر بیماران بهبود می یابند . پس از رفع خطر باید ۴ تا ۸ هفته فرصت داد تا بهبودی حاصل شود . تکرار حمله قلبی امری شایع است . برخی عوارض احتمالی عبارتند از :

- نامنظم بودن ضربان قلب
- شوک
- نارسایی احتقانی قلب
- التهاب پرده های دور قلب
- آمبولی ریوی
- لخته شدن خون در سیاهرگ های عمقی
- خطر حمله قلبی در آینده
- بیرون زدگی دیواره قلب
- در بعضی موارد مرگ



۳



دانشگاه علوم پزشکی کردستان
بیمارستان سینا کامیاران

پمفلت آموزشی سکته قلبی

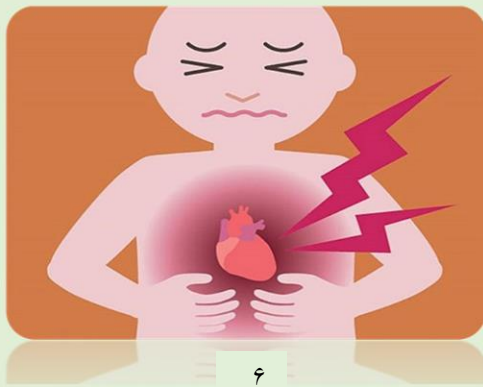
واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: برونر و سودارث



آموزش بیشتر در



خودمراقبتی بعد از سکته قلبی :

- ✓ مصرف غذاهای کم نمک و کم چرب
- ✓ اجتناب از هرگونه فعالیت شدید
- ✓ اجتناب از تماس با گرما یا سرمای شدید
- ✓ اجتناب از راه رفتن در مقابل باد
- ✓ کاهش وزن در صورت داشتن وزن اضافه
- ✓ قطع سیگار و دوری از افراد سیگاری
- ✓ خودداری از خوردن غذای زیاد و با عجله
- ✓ خودداری از ورزش کردن بعد از خوردن غذا
- ✓ مصرف منظم داروها
- ✓ در صورت بروز درد قفسه سینه از قرص زیر زبانی استفاده نمایید
- ✓ ار رژیم پرفیبر(سبزی و میوه) جهت رفع یبوست استفاده کنید
- ✓ در صورت بروز علائم تنگی نفس کوتاه ،غش،ضربان قلب کند یا تند،تورم پا و قوزک پا به پزشک مراجعه کنید
- ✓ اگر شما دیابت دارید یا مسن هستید،ممکن است درد قفسه سینه نداشته باشید و فقط دچار ضعف و بی حالی شوید
- ✓ در صورت مصرف قرص زیر زبانی شما فقط مجاز به استفاده سه عدد قرص به فاصله هر ۵ دقیقه هستید که در صورت عدم بهبودی بایستی فوراً با اورژانس تماس بگیرید

درمان سکته قلبی :

- اکسیژن و داروهای مختلف
- در بعضی موارد شوک الکتریکی
- جراحی(کار گذاشتن دستگاه ضربان ساز، آنژیوپلاستی، پیوند عروق،بادکنک گذاری)

پیشگیری از سکته قلبی :

- ❖ سیگار نکشید و از افراد سیگاری دور باشید
- ❖ رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر پایین چربی ،کلسترول و نمک استفاده کنید
- ❖ از گوشت سفید(مرغ،ماهی،میگو)استفاده و مصرف گوشت قرمز را محدود کنید
- ❖ غذا را به صورت آب پز یا بخارپز میل کنید
- ❖ روغن جامد مصرف نکنید
- ❖ در صورت بالا بودن فشارخون، آن را درمان کنید
- ❖ دست کم ۳۰ دقیقه در روز ورزش کنید
- ❖ اگر مبتلا به دیابت هستید، آن را درمان کنید
- ❖ در شبانه روز حداقل ۷ ساعت بخوابید