

حمله قلبی

زمان بستری

1 - تعریف بیماری :

بیماری های کرونری قلبی موجب بروز حملات قلبی در فرد می شود ، آگاهی در مورد حمله ی قلبی مهم است . برخی از حملات قلبی ناگهانی و شدید هستند ، اما اکثر آن ها به آهستگی آغاز می شوند و با درد یا ناراحتی خفیفی همراه می باشد .

2 - علائم بیماری :

بعضی از علائم حمله ی قلبی :

احساس ناراحتی ، فشار ، پری یا درد در مرکز قفسه ی سینه که بیش از چند دقیقه به طول انجامیده یا رفع شده و دوباره برگردد.

احساس درد یا ناراحتی در یک یا هر دو بازو ، پشت گردن ، فک یا معده .

تنگی نفس با یا بدون احساس ناراحتی در قفسه ی سینه .

سایر علائم مانند تعریق سرد ، تهوع یا سبکی سر .

3 - علت به وجود آمدن بیماری :

یک حمله ی قلبی زمانی رخ می دهد که جریان خون به ناحیه ای از قلب قطع شود . این حالت اغلب بدین دلیل رخ می دهد که سرخرگ های تامین کننده ی خون عضلات قلب به دلیل رسوب چربی ، کلسترول ، و سایر مواد که پلاک نامیده می شود ، به تدریج ضخیم تر ، سفت تر و تنگ تر می شود . اگر پلاک جدا شود و لخته ی خون تشکیل گردد جریان خون دچار انسداد شده و حمله ی قلبی رخ می دهد . بنابراین کم کم عضله ی قلبی که توسط رگ مزبور خون رسانی می شد ، می میرد . هر چه قدر که مدت زمان انسداد سرخرگ طولانی باشد ، آسیب بیشتر می شود و زمانی که عضله ی قلبی بمیرد آسیب قلبی دائمی خواهد بود .

4- عوامل تشدید کننده ی بیماری :

عوامل تشدید کننده ی بیماری به دو دسته تقسیم می شود :

الف (عواملی که می توانیم برای تغییر آن ها کاری انجام دهیم (عوامل قابل اصلاح)

ب (عواملی که نمی توانیم برای تغییر آن ها کاری انجام دهیم (عوامل غیر قابل اصلاح)

عوامل خطرزای قابل اصلاح مانند :

سیگار کشیدن ، بالا رفتن کلسترول ، بالا بودن فشار خون ، دیابت ، چاقی ، استرس و فشار عصبی و عدم تحرک می باشد .

عوامل خطرزای غیر قابل اصلاح مانند :

عوامل ارثی و ژنتیک ، جنسیت (در مردان بیشتر است) و سن .

5- روند درمان بیماری :

در زمان بروز حمله ی قلبی ، برای کنترل ضربان قلب و عملکرد قلبی شما در بخش مراقبت های ویژه بستری شده و با سیم هایی که بر روی سینه ی شما وصل می گردد ضربان و ریتم قلب شما مانیتورینگ می گردد و بعد از منظم شدن ضربان قلب که حدوداً 48 تا 72 ساعت طول می کشد در صورت صلاحدید پزشک معالج ، به بخش عادی قلب انتقال می یابید .

6- رعایت نکات بهداشتی و استحمام :

در این بخش به علت استراحت مطلق بودن شما استحمام ممنوع می باشد ولی جهت شستشوی دست و صورت و دهان و سایر مسائل بهداشتی ، وسایل لازم در اختیار شما در تخت گذاشته خواهد شد .

7- سطح فعالیت جسمی :

در 24 تا 48 ساعت اول بستری ، در بخش ویژه شما باید کاملاً استراحت نموده و نباید از تخت پایین بیایید ولی بعد از آن طبق صلاح دید پزشک و وضعیت شما ، اجازه ی خروج از تخت جهت رفتن به دستشویی به شما داده می شود .

8- تغذیه و رژیم غذایی :

بعد از بستری شدن به دلیل نیاز به بعضی از آزمایشات باید ناشتا باشید ولی بعد از آن در صورت نداشتن پروسیدرمانی خاص رعایت رژیم کم نمک و کم چربی توصیه می گردد .

9- داروها و نحوه ی مصرف آن ها :

معمولاً در زمان حملات قلبی در بخش ویژه از داروهایی استفاده می گردد که باعث حل شده لخته در خون شما می گردد که این داروها به صورت وریدی از طریق سرنگ پمپ به شما تزریق می گردد که باید از دست زدن به تنظیمات این دستگاه خودداری نمایید . همچنین شایع ترین دارویی که برای تسکین درد های شما به کار می رود ، نیترات ها می باشند که ابتدا به صورت تزریق با سرنگ پمپ و بعد از 24 تا 48 ساعت به نوع خوراکی تبدیل می گردد . مصرف این داروها به علت گشاد شدن شریان ها و ورید های سراسر بدن می تواند منجر به بروز عوارض جانبی مثل سرگیجه و سردرد شود که پس از مدتی بهبود می یابد . علاوه بر دو داروی فوق ، در صورت عدم بهبود درد از مسکن های تزریقی نیز استفاده می گردد .

10- روش درمان :

درمان حملات قلبی یا دارویی می باشد که در قسمت فوق به تعدادی از آنها اشاره شده است و یا درمان های جراحی مانند انجام آنژیوپلاستی و یا جراحی عروق کرونر .

زمان ترخیص

1- چگونگی مصرف دارو ها :

در طی مدتی که شما در بیمارستان بستری هستید ، انواع مختلفی از داروها به شما داده می شود که برخی برای درمان عوارض حملات قلبی می باشند و بعضی نیز برای کاهش خطر در ماه های آینده هستند از جمله آسپرین که شایع ترین دارویی است که تجویز می شود که برای کاهش ایجاد لخته در خون می باشد که بهتر است بعد از خوردن غذا برای کاهش مشکلات گوارشی مصرف گردد .

استاتین ها (مانند آتوروستاتین) که باعث کاهش کلسترول خون می گردد و نیترات ها که از مهم ترین داروهایی هستند که باید مصرف نمایند ، مانند قرص زیر زبانی (TNG) و یا نیتروگانتین .

2- زمان مراجعه :

معمولاً بعد از ترخیص دو هفته ی بعد جهت کنترل مجدد به پزشک معالج مراجعه نمایید .

3- رعایت رژیم غذایی و سایر اقدامات کنترلی :

از یک رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر پایین چربی اشباع کلسترول و نمک استفاده کنید .

در تغذیه ی روزانه ی خود ، میوه جات و سبزیجات خود را بگنجانید .



سعی کنید از گوشت های سفید (مرغ و ماهی) به جای گوشت قرمز استفاده کنید ، زیرا گوشت سفید حاوی کلسترول کمتری می باشد . اگر مبتلا به دیابت هستید ، قند خون خود را کنترل کنید و از رژیم غذایی افراد دیابتی استفاده نمایید

4- بهداشت و استحمام :

بعد از ترخیص استحمام شما بلامانع است ولی بهتر است از آب ولرم استفاده نموده و مدت زمان آن طولانی نباشد .

سیگار نکشید و از افراد سیگاری دوری کنید .

وزن خود را در سطح متناسب نگه دارید .

5- فعالیت جسمی و ورزشی :

دست کم ، 30 دقیقه در بیشتر روزها یا تمامی روزهای هفته ورزش کنید . ورزش منظم بهترین راه جهت کنترل قند و فشار خون می باشد .

6- مواردی که بیمار باید به پزشک مراجعه نماید :

در صورت ناراحتی در قفسه ی سینه که ممکن است به بازو ، شانه و یا فک کشیده شود ، ناراحتی هایی مثل احساس بد ، فشرده گی یا هضم نکردن غذا ، ناراحتی قفسه ی سینه همراه با عرق کردن ، تنگی نفس ، تهوع ، طپش قلب به پزشک معالج مراجعه نمایید.

7- مواردی که بیمار باید به صورت اورژانسی به اورژانس بیمارستان مراجعه کند :

در صورت بروز درد شدید ، تنگی نفس ، احساس فشار در قفسه ی سینه با انتشار به دست چپ و کتف و گردن ، عرق سرد ، تهوع و استفراغ ، سریعاً به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید .

منابع

برونرسودارث 2010

راهنمایی پزشکی خانواده (سکنه ی قلبی و بیماری های عروق قلب)

پمفلت حمله ی قلبی .