

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمتهایی از عضله قلب از بین می‌روند. این حالت در نتیجه تنگی یا انسداد رگهای قلب بوجود می‌آید.

سکته قلبی با چه علائمی همراه است؟

- درد ناگهانی و معمولاً در قسمت پائین استخوان جناغ و بالای شکم.
- درد سکته قلبی سنگین و فشاردهنده است و امکان دارد به شانه‌ها، بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار پیدا کند. درد سکته قلبی خود بخود شروع و چند ساعت تا چند روز ادامه و با استراحت یا نیتروگلسیرین برطرف نمی‌شود.
- نبض سریع، نامنظم، ضعیف یا حتی غیر قابل لمس
- تنگی نفس
- رنگ پریدگی
- عرق سرد
- سرگیجه یا احساس سبکی سر
- تهوع و استفراغ

بیمار مبتلا به دیابت در صورتی که دچار سکته قلبی شود ممکن است چندان از درد شکایت نکند.

سکته قلبی چگونه درمان می‌شود؟

اقدامات درمانی:

- ۱- اقدامات دارویی
- ۲- درمان با اکسیژن
- ۳- مسکن‌ها



بیماران مبتلا به سکته قلبی چه مواردی را باید رعایت کنند؟

- از انجام فعالیتهایی که باعث درد قفسه‌سینه، تنگی نفس یا خستگی بی‌مورد می‌شود خودداری کنید.
- بین کار و فعالیت به استراحت بپردازید، کمی خستگی طبیعی است، و در دوران نقاهت انتظار می‌رود.
- در برنامه‌ریزی فعالیت‌های روزانه کارهای سبک و سنگین را بطور متناوب انجام دهید.
- ۲-۳ هفته از رانندگی اجتناب کند.

- قبل از انجام مقاربت برای جلوگیری از حملات در حین و پس از مقاربت می‌توانید از قرص زیر زبانی استفاده نمایید.
- از انجام فعالیت جنسی در زمان خستگی و پس از خوردن غذایی سنگین خودداری کنید.
- روزی ۳ تا ۴ بار غذا بخورید.
- از خوردن غذای زیاد و عجله در غذا خوردن خودداری کنید.
- از نرم‌کننده‌های مدفوع برای جلوگیری از زور زدن در هنگام اجابت مزاج استفاده کنید.
- از روغن ماهی، زیتون، ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده نمایید.
- بجای سرخ کردن غذا از کباب یا بریان یا آب‌پز کردن استفاده کنید.
- برای طعم دادن به غذا بجای نمک از آبلیمو، سرکه، میوه و سبزیجات معطر استفاده نمایید.
- استفاده از غذاهایی مانند سویا، کلم، لوبیا سبز و قرمز، نان گندم، برنج سبوس‌دار، جو، سیب، گلابی، می‌تواند در کاهش کلسترول مؤثر باشد.



سکته قلبی



حمیده ارجمند
مسئول آموزش به بیمار
۱۳۹۵
دفتر بهبود کیفیت



منابع: کتاب برونر سودارت - بخش قلب

بیمارستان اختر

شماره تماس: ۲۲۰۰۱۰۷۲

شماره سند: AKH - QM - 13 - 33

م

- مصرف نوشیدنی‌های حاوی کافئین را محدود کنید .
- به نوعی تفریح مناسب بپردازید که فشار عصبی را کاهش دهد .

- هر روز راه بروید. مدت و فاصله راه رفتن را طبق دستور پزشک افزایش دهید.

- از ورزش بلافاصله بعد از مصرف غذا خودداری کنید.
- در صورت فشار یا درد قفسه‌سینه که در مدت ۱۵ دقیقه بعد از مصرف نیتروگلسیرین برطرف نمی‌شود به نزدیکترین مرکز فوریتها اطلاع دهید.

- قرص زیر زبانی را همیشه همراه خود داشته باشید و در مواقع درد قفسه سینه و یا قبل از انجام فعالیت‌هایی که باعث ایجاد درد می‌شود از آن استفاده کنید .

علائم زیر را به پزشک اطلاع دهید.

- تنگی نفس
- غش و سنکوب
- ضربان قلب کند یا تند
- تورم پاها و مچ پاها