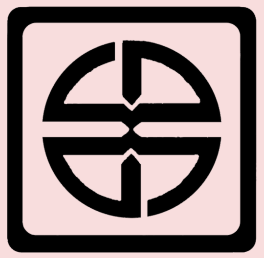




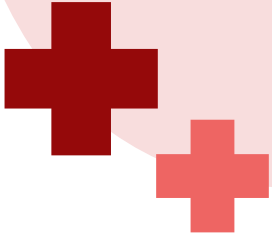
دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



نیازهای آموزشی بیماران فیبریلاسیون دهلیزی

بیمار باید علایم بیماری و علت بستری و درمان آن را بداند.

بیمار باید مصرف صحیح داروهای ضد انعقاد و علایم مسمومیت با آن را بداند.

بیمار باید اقدامات موثر در زمان بروز تپش قلب را بداند. در رابطه با روش چک نبض خود آموزش ببیند.

بیمار باید علایم هشدار دهنده و عوارض بیماری و داروهای مصرفی را بشناسد.

بیمار باید رژیم غذایی و تداخلات دارویی و غذایی با داروهای ضد انعقاد را بداند.

بیمار باید نحوه خود مراقبتی در مصرف داروهای ضد انعقاد به خصوص وارفارین (چکاب منظم آزمایشات انعقادی، عوارض دارو و بهترین زمان مصرف و رژیم غذایی را بداند.

بیمار باید میزان فعالیت، ورزش های مجاز و زمان شروع فعالیت جنسی خود را بداند.

بیمار باید ضرورت پیگیری های بعدی و مراجعه مجدد جهت ادامه درمان را بداند و همیشه لیستی از داروهای مصرفی خود را همراه داشته باشد.

بهتر است بیمار روش های کنترل استرس را بداند.

علت بستری :

شما به دلیل نامنظمی در ضربان قلب بستری شده اید. در این عارضه یک پیام الکتریکی ناشی از فرمانده قلب با عبور از دهلیزها (حفره های بالایی قلب) تسریع می شود و موجب لرزیدن حفرات فوقانی قلب (دهلیزها) و انقباض سریع و نامنظم با سرعت ۴۰۰ تا ۶۰۰ ضربه در دقیقه می شود.

علت بیماری :

این عارضه معمولا با افزایش فشارخون، بیماری های دریچه میترال، شریان کرونر، پریکارد، ریوی، کاردیومیوپاتی و غده تیروئید ارتباط دارد.

علایم بیماری :

مهم ترین علامت تپش قلب یا احساس ضربه سریع در داخل قفسه سینه که از چند ثانیه تا چند روز طول می کشد. گاهی علایمی زیر ممکن است بروز نماید:

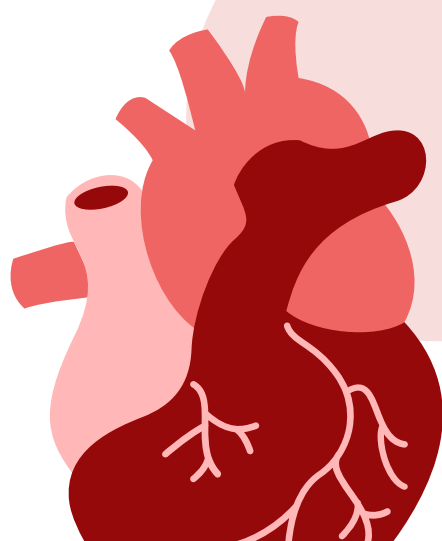
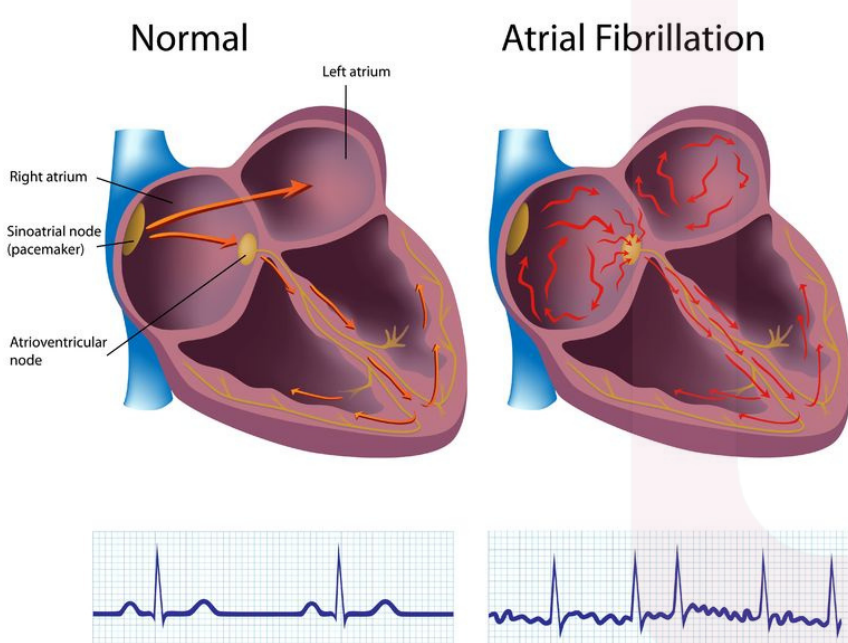
- سرگیجه
- تعریق
- تنگی نفس
- اضطراب
- خستگی زودرس
- غش کردن و سنکوب

عوارض بیماری :

- احتمال بروز سکته مغزی

فعالیت :

- در صورت داشتن استراحت مطلق و ممنوعیت خارج شدن از تخت، بدون اجازه از تخت خود خارج نشوید و اصرار به خروج از تخت ننمایید.
- در صورت استراحت نسبی برای خروج از بستر و اجازه پزشک، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و درد قفسه سینه تنگی نفس و... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- در صورتی که باید با ویلچر به دستشویی بروید در زمان نیاز منتظر بمانید تا ویلچر را نزد شما بیاورند و به آرامی زمانی که پشت ویلچر توسط همراهان یا خدمات بخش گرفته شده است به روی آن بنشینید.





مراقبت :

- سیم های مانیتورینگ قلبی را به هیچ وجه از قفسه سینه جدا نکنید. این سیم ها ضربان قلب شما را در مانیتوری که در بالای سر شما و ایستگاه پرستاری وجود دارد نشان میدهد.
- در صورتی که به چیزی نیاز داشتید دکمه احضار پرستار را فشار دهید.
- داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
- از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.
- ممکن است برای شما از اکسیژن استفاده شود، جریان آن را دستکاری نکنید.
- در صورت تنگی نفس اطلاع دهید.
- اقداماتی از قبیل نوار قلب، تست های آزمایشگاهی، تست ورزش و... جهت تکمیل درمان در صورت نیاز انجام می شود.
- در صورت داشتن درد: محل درد، انتشار درد، شدت درد، علائم دیگر همراه با درد را به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- اجازه دهید پزشکان درمان شما را انجام دهند.
- از خود درمانی و مصرف دارو بدون تجویز پزشک خودداری نمایید.

رژیم غذایی :

- جهت خوش طعم کردن غذاها از آلبیمو و گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید.
- از مصرف غذاهای پرچرب مانند روغن و کره حیوانی، لبنیات پرچرب، کله پاچه، دل و چگر، سس های پرچرب (مایونز) و... خودداری کنید.
- حداقل دو بار در هفته ماهی مصرف کنید و کمتر از گوشت قرمز استفاده نمایید.
- میوه و سبزیجات را در برنامه غذایی خود بگنجانید.
- مواد محرک مانند چای پر رنگ یا کهنه دم (بعد از ۱۵-۱۰ دقیقه دم کردن چای، در صورت عدم جدا کردن تفاله چای از قوری، چای کهنه دم تلقی می شود. (قهوه و نسکافه، شکلات، ادویه جات تند و فلفل و... را از برنامه غذایی حذف نمایید.

خود مراقبتی در منزل :

- از مصرف سیگار، مواد مخدر، مشروبات الکلی پرهیز کنید.
- از استرس روحی و فشار عصبی تا حد ممکن اجتناب کنید. برای آرامش بیشتر به پیاده روی و تفریحات مناسب بپردازید مصرف داروها: دارو را هر روز سر ساعت معینی بخورید.

مصرف دارو :

- حتی در صورت احساس بهبودی، باید ادامه یابد.
- از قطع، کاهش و یا افزایش آن بدون مشورت با پزشک خود جدا خودداری نمایید.
- در صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض بیاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا زمان مصرف نوبت بعدی ساعت باقیمانده باشد، از مصرف آن نوبت خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.
- آموزش در مورد داروها طبق دستور پزشک

وارفارین :

در صورتی که وارفارین مصرف می کنید:

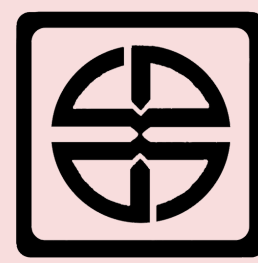
- طبق دستور پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور انجام داده و به پزشک اطلاع دهید.
- در صورت مراجعه به بیمارستان یا کلینیک، پزشک را از مصرف این دارو مطلع نمایید.
- از کار کردن با وسایل تیز مثل تیغ و چاقو خودداری کنید.
- مراقب پوست خود باشید .
- اگر نصف قرص را مصرف کردید، باقیمانده قرص را می توانید نگه دارید و در نوبت های بعدی مصرف کنید.
- در هنگام کار با ابزار تیز و برنده دقت بیشتری داشته باشید و از دستکش محافظ، استفاده کنید.
- به جای استفاده از تیغ برای اصلاح، از ابزارهای برقی استفاده کنید.
- از مسواک نرم استفاده کنید.
- از خلال دندان استفاده نکنید.



دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



- در منزل از جوراب و یا کفش های راحت استفاده کنید تا بدین وسیله پای خود را محافظت کنید. به عبارتی با پای برهنه در خانه راه نروید.
- در هنگام گرفتن ناخن مراقب باشید.
- جوش و زگیل در روی بدن خود را دستکاری نکنید.

علائم هشدار مصرف وارفارین :

- در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، ادرار خونی، مدفوع قیری، خونریزی شدید در قاعدگی، کبدی پوست، تب و لرز و خستگی، دل درد و شکم درد شدید و استفراغ خونی مصرف وارفارین را قطع کرده و به پزشک مراجعه کنید و از مصرف خودسرانه دارو بپرهیزید.

دیگوکسین :

در صورتی که دیگوکسین مصرف می کنید:

- قرص را طبق دستور پزشک مصرف کنید مهم است که هر روز در ساعت معینی قرص مصرف شود و معمولاً بهتر است صبح ها ناشتا خورده شود.
- اگر عادت دارید صبحانه نان برشته بخورید مراقب باشید دیگوکسین را حداقل ۲-۱ ساعت بعد صبحانه مصرف کنید. (سبوس موجود در غلات به دیگوکسین متصل شده و از جذب آن جلوگیری می کند).
- قبل از مصرف دیگوکسین نبض خود را یک دقیقه بشمارید. در صورتی که کمتر از ۶۰ ضربه در دقیقه بود، آن را مصرف نکنید.
- در صورت فراموش کردن مصرف قرص دیگوکسین، تا ۴ ساعت بعد از زمان مصرف فرصت دارید آن را بخورید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان برگردید و مصرف آن را در روز بعد دو برابر نکنید.

علائم هشدار مصرف وارفارین :

- اگر دیگوکسین می خورید، در صورت بی اشتهایی، اسهال، تهوع، گیجی، تاری دید (مشاهده هاله زرد رنگ و سبز در اطراف چراغ) ورم دست و پاها، تنگی نفس، افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلو در ۲۴ ساعت)، تپش قلب یا نبض کمتر از ۶۰ تا در دقیقه، از مصرف آن خودداری کنید و به پزشک اطلاع دهید.
- در صورت مصرف داروهای غیر قلبی، پزشک خود را از مصرف این داروها مطلع کنید.
- دیگوکسین را جدا از قرص های دیگر نگه دارید و آن را با داروهای دیگر در یک ظرف مخلوط نکنید.

آمیودارون :

در صورتی که آمیودارون مصرف می کنید:

- بهتر است قرص را همراه با غذا مصرف کنید.
- قبل از مصرف حتماً نبض خود را کنترل کنید. در صورتیکه کمتر از ۶۰ ضربه در یک دقیقه بود قرص را مصرف نکنید.
- در طی مدت درمان و چهار ماه پس از آن، از قرار گرفتن در معرض خورشید پرهیز کنید.

پیگیری و مراجعه به پزشک :

- حتماً هر ۳ تا ۶ ماه به متخصص ریه جهت معاینه مراجعه نمایید.
- داروهای خود را طبق دستور پزشک مصرف نموده و در زمان تعیین شده به پزشک مراجعه نمایید.
- آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور انجام داده و به پزشک اطلاع دهید.

علائم هشدار هنگام ترخیص :

در صورتی که هر یک از حالات زیر رخ داد، فوراً با ۱۱۵ تماس بگیرید یا به بیمارستان مراجعه نمایید:

- درد قفسه سینه
- تنگی نفس
- از دست دادن هوشیاری موقت و غش کردن
- احساس بی نظمی در ضربان قلب یا تند شدن ضربان قلب

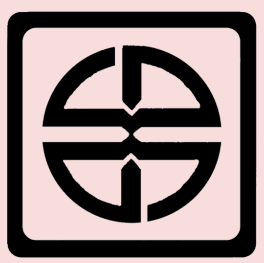




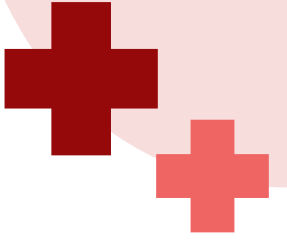
دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



چند نمونه تشخیص پرستاری در بیماران فیبریالسیون دهلیزی

خطر بروز فشارخون ناپایدار	تپش قلب
خطر بروز کاهش خون رسانی بافت قلبی	اضطراب و استرس بیش از حد
اختلال در خون رسانی بافت محیطی	الگوی خواب مختل شده
خطر بروز اختلال در خون رسانی بافت محیطی	کمبود آگاهی
خطر اختلال در عملکرد قلبی عروقی	اختلال در مراقبت در منزل
آمادگی بیمار جهت افزایش اطلاعات	خطر بروز ترومبوز و آمبولی
خطر ابتلا به یبوست	خطر بروز خونریزی
خطر بروز اختلال در خون رسانی بافت مغزی	خطر کاهش تحمل فعالیت
درد	خطر بروز ترومبوآمبولی وریدی
الگوی تنفس ناموثر	

منابع:

- Nanda nursing diagnoses 2021-2023
- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>
- راهنمای بالینی پرستاری مبتنی بر شواهد
- کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش های داخلی و سی سی یو

