

توصیه به استراحت در بستر (حداقل ۱۲ تا ۲۴ ساعت) در حالتی که سر تخت بالا آورده شده است.

- تجویز اکسیژن
- تجویز داروها:
- آسپرین
- نیتر و گلیسرین
- داروهای مانند کاپتوپریل (برای پایین آوردن فشار خون و کاهش نیاز قلب به اکسیژن)
- مورفین (برای کاهش درد؛ اضطراب و کار قلب)
- داروهای ضد انعقاد مانند هپارین
- داروهای حل کننده لخته (ترومبولیتیک)
- اقدامات فوری برای برطرف کردن انسداد شریان های کرونری نظیر آنژیوپلاستی یا قرار دادن استنت برای بازنگه داشتن شریان
- جراحی

دستور العمل مراقبت از خود در منزل

اهداف فوری در مراقبت از خود بعد از ترخیص شامل موارد زیر است:

- محدود کردن اثرات و پیشرفت اترواسکلروز
- بازگشت به کار و فعالیت قبل از ناخوشی
- پیشگیری از بروز واقعه قلبی در دوران نقاهت و بهبودی

به توصیه های زیر توجه کنید:

- از هرگونه فعالیت که باعث درد قفسه سینه؛ تنگی نفس؛ باخستگی بی مورد می شود اجتناب کنید
- از تماس با گرما یا سرمای شدید دوری داشته باشید
- با دسر دبیر هیزید.
- افزایش وزن جلوگیری کنید و وزن را در حد متعادل نگه دارید.
- مصرف سیگار را قطع کنید و از تماس با افراد سیگاری بپرهیزید.
- کمی خستگی در دوران نقاهت طبیعی است. در بین فعالیت هایتان دوره های استراحت داشته باشید.
- سعی کنید برنامه غذا خوردنتان منظم باشد.
- داروهای تان را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

در صورت بروز ACS لازم است بیمار در بیمارستان بستری می شود چرا که در این بیماری یکی یا بیشتر از شریان های کرونری قلب مسدود شده است.

علائم:



مهم ترین علائم بیماری عبارتند از:

- درد ناگهانی قفسه سینه و تداوم درد علی رغم استراحت و دریافت دارو
- تنفس کوتاه؛ سریع و تنگی نفس
- تهوع و استفراغ
- پوست سرد و مرطوب و رنگ پریده
- اضطراب؛ بی قراری و گیجی
- ضربان قلب سریع یا خیلی آهسته

تشخیص

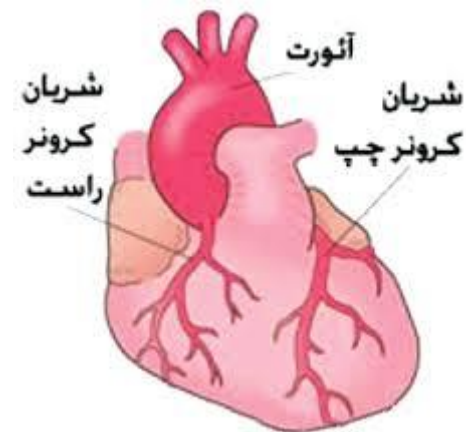
بیماری با استفاده از روش های زیر تشخیص داده می شود:

- گرفتن تاریخچه بیماری
- نوار قلب
- انجام اکوی قلبی
- انجام تست های آزمایشگاهی (آزمایش خون)

اقدامات درمانی

هدف از درمان به حداقل رساندن آسیب عضله قلب؛ حفظ عملکرد آن و پیشگیری عوارض است. به این منظور اقدامات زیر انجام میشود:

قلب پرکارترین اندام بدن است و در سراسر زندگی یک فرد به طور دائم خون غنی از اکسیژن و مواد غذایی را از شبکه رگ ها (گردش خون) به تمام قسمت های بدن می رساند.



عضله قلب برای اینکه بتواند عمل خونرسانی به بدن را به طور مناسب انجام دهد خود نیز نیاز به خون غنی از اکسیژن دارد و این خون توسط سه شریان کرونری تامین می شود. در صورت بروز انسداد در شریان های کرونری خونرسانی به عضله قلب کاهش می یابد.

ACS یک موقعیت اورژانس است که در آن تامین خون و اکسیژن مورد نیاز عضله قلب به شدت کاهش می یابد. بیماری به صورت ناگهانی و حاد شروع می شود و در صورت عدم درمان سریع منجر به مرگ بافت عضله قلب می شود. ACS طیفی از بیماری ها به شرح زیر شامل می شود:

آنژین قلبی (حملات دردی فشار بر قسمت قدامی قفسه سینه که معمولاً بر اثر کافی نبودن جریان خون عروق کرونری در نتیجه بیماری اترواسکلروز قلب ایجاد می شود) که از قبل وجود داشته و در حال حاضر پایدار طولانی مدت و بسیار شدیدتر از قبل شده و در زمان استراحت نیز وجود دارد.

یک حمله قلبی به همراه آسیب و مرگ سلول های عضله قلب (سکته قلبی حاد)



شماره سند: EL-09-111

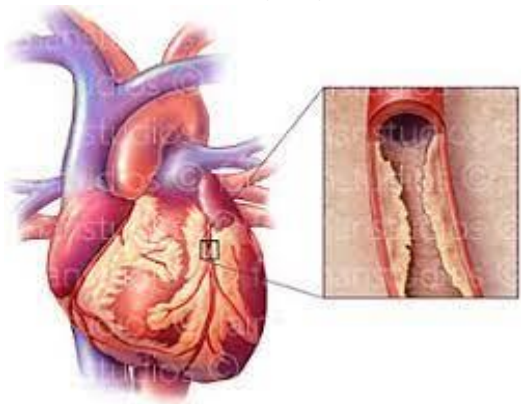
تاریخ صدور: 1403/01/15

تاریخ بازنگری: 1404/03/1

بیمارستان دامغان ولایت دامغان

آموزش به بیمار

درد قفسه سینه
(ACS)



تهیه کننده: معصومه اصغرزاده

تایید کننده: دکتر احمدی

شناسایی و درمان مناسب علائم

زیرایادگیری:

گزارش به ۱۱۵ در صورت بروز فشاریادرد قفسه سینه در صورتی که به وسیله سه عدد قرص نیتروگلیسرین به فاصله ۵ دقیقه از هم تسکین نیابد.
تماس با پزشک در صورت علائم: تنفس کوتاه، غش، ضربان قلب کند یا تند، تورم پا و قوزک پا

جهت پاسخگویی به سوالات مربوط به این بیماری با شماره

تلفن زیر تماس حاصل فرمایید

تلفن: ۰۲۸ ۳۵۲۲۵۱۲۰ الی ۲۸

واحد آموزش سلامت

جهت اطلاعات تکمیلی به سایت ذیل مراجعه نمایید:

velayathos.semums.ac.ir

منابع: راهنمای آموزش به بیمار منیژه نصیری زاده

- فشار خون و قند خون را در محدوده طبیعی حفظ کنید.
- فعالیت های تفریحی جهت کاهش فشار روانی داشته باشید.
- فعالیت های جنسی را حداقل ۴ هفته به تعویق بیندازید و هر نوع سوال در این مورد را با پزشک در میان بگذارید.
- در زمان مقرر جهت ویزیت پزشک و برنامه پیگیری شامل آزمایشات دوره ای خون و نوار قلب مراجعه نمایید.
- بعد از رهایی از علائم بیماری یک برنامه توانبخشی قلبی با هدف کاهش خطرات و ارتقای کیفیت زندگی لازم است. برنامه توانبخشی طولانی مدت شامل افزایش برنامه فعالیت و ورزش به شرح زیر است:
- سطح فعالیت و شدت فعالیتتان را به صورت تدریجی افزایش دهید.
- راه رفتن روزانه همراه با افزایش طولانی مدت و فاصله راه رفتن طبق دستور پزشک و باشکرت در برنامه ورزشی روزانه که به شکل یک برنامه ورزش منظم تا آخر عمر ادامه دارد توصیه می شود.
- در طی فعالیت جسمی سرعت نبضتان را تا رسیدن به حداکثر سطح فعالیت کنترل کنید.
- از فعالیت هایی که باعث سفت شدن عضله می شود؛ ورزش ایزومتریک؛ وزنه برداری و هرگونه فعالیتی که نیازه صرف ناگهانی انرژی دارد خودداری کنید.
- از انجام ورزش بلافاصله بعد از خوردن غذا خودداری کنید.
- در ابتدای بازگشت به کار طول مدت کار را کوتاه نمایید.

