

۲_ عوامل خطر در این بیماری :

الف:سن

ب:جنس

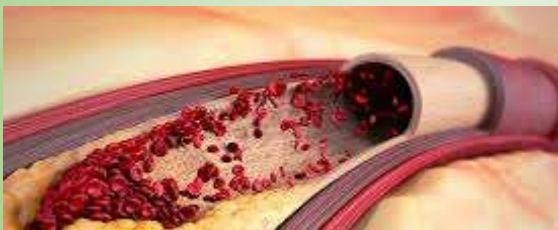
ج: سابقه خانوادگی

مردان ریسک بالاتری در ابتلا به بیماری های قلبی نسبت به زنان دارند . مردان در سنین بالای ۴۵ سالگی و زنان در سنین بالای ۵۵ سالگی بیشتر در معرض ابتلا قرار دارند .

- افزایش کلسترول و تری گلیسیرید
- سابقه دیابت
- سیگار کشیدن
- زندگی بی تحرک و استرس زا

۳_ علائم و نشانه های بیماری :

شایع ترین علامت در این بیماری درد قفسه سینه می باشد، دردی که در پشت جناغ سینه شروع شده به پشت ، دست چپ و یا راست ، گردن و چانه هم انتشار می یابد . گاهی اوقات در افراد سالمند و دیابتی درد در ناحیه معده گزارش می شود . سایر علائم کوتاهی نفس در هنگام راه رفتن ، تهوع ، استفراغ ، تپش قلب ، تنگی نفس ، استرس و اضطراب هم دیده می شود .



تعریف

بیماری عروق (کرونری) قلب ناشی از تشکیل پلاک هایی در داخل آن است که باعث محدود شدن جریان خون به قلب و در نتیجه کاهش اکسیژن رسانی بافت های قلبی می شود که به بیماری عروق کرونر قلب منتهی می شود :

کرونر نام عروقی است که عضله قلب را خون رسانی می کند.بیماری عروق کرونر قلب اصطلاحی است که طیف وسیعی از بیماری های کاهش خون رسانی قلب از آنژین (بیماری که عروق قلب یا به وسیله پلاک تنگ شده است یا دچار اسپاسم شده است) تا انفارکتوس قلبی (عروق قلب توسط پلاک ها کاملا مسدود شده اند) را پوشش می دهد.



به نام او که هم درد است و هم درمان

بیماری های عروق کرونر قلب
ACS



شماره تلفن تماس : ۰۳۴۳۳۲۱۹۸۸

شماره دورنگار : ۳۳۳۱۲۱۴۵

آدرس: میدان خواجه، بلوار ۲۲ بهمن چهارراه اول

کدسند: ۰۷-NO-BR

تهیه و تدوین: محدثه قاسمی - واحد آموزش

۴- تشخیص بیماری:

۱. تشخیص اولیه توسط پزشک بعد از انجام معاینات، گرفتن تاریخچه بالینی بیماری، اخذ نوار قلب و تفسیر آزمایش خون داده میشود.

در بعضی از موارد جهت بررسی های بیشتر انجام آنژیوگرافی یا اسکن قلب توصیه می شود.

هنگام بروز دردهای قلبی:

* در صورت شروع درد باید در مکانی استراحت نموده و از داشتن تحرک خودداری نمایید و زیر سر دو بالش قرار دهید.

* بهترین دارو که همیشه باید همراه داشته باشید نیتروگلیسرین و یا قرص زیر زبانی می باشد.

* دارو باید دور از گرما و تابش نور مستقیم آفتاب باشد، در صورت عدم مصرف داروها لازم است هر شش ماه داروها دور ریخته شوند.

* در صورت بروز درد میتوانید سه قرص زیرزبانی به فاصله هر پنج دقیقه استفاده نمایید. سوزش زیر زبان و سردرد ضربان دار به دنبال مصرف زیرزبانی، طبیعی میباشد.



توصیه هایی برای پیشگیری از بروز دردهای قلبی:

* از استعمال دخانیات پرهیز نمایید.

* تعداد وعده های غذایی را زیاد و مقدار هر وعده را کم نمایید.

* رژیم غذایی کم نمک و کم چرب استفاده نمایید.

* بیشتر از غذاهای آب پز و کبابی شده استفاده نمایید.

* بهترین ورزش برای شما پیاده روی به مدت زمان ۳۰ دقیقه روزانه، شنا و دوچرخه سواری می باشد.

* قرصهای تجویز شده توسط پزشک را منطبق با دستور و در زمان مشخص شده مصرف نمایید.

* از هیجانانگیزی روحی و استرس دوری نمایید.

* از تردد در هوای سرد خودداری نمایید.



* آشامیدن نوشیدنی های کافئین دار به دلیل افزایش ضربان قلب را کاهش دهید.

* با آب ولرم حمام نمایید.

* از مصرف داروهای بدون نسخه و دستور پزشک پرهیز نمایید.

* از مصرف غذاهای کنسرو شده به دلیل استفاده از مقدار زیاد نمک و چربی پرهیز نمایید.

* فعالیت جنسی از ۴ تا ۸ هفته بعد از سکته قلبی امکان پذیر میباشد. (قبل از آن استراحت نموده و قرص زیرزبانی از ۴ ساعت قبل جهت پیشگیری از بروز درد استفاده نمایید).

با آرزوی بهبودی شما

منبع: کتاب پرستاری بیماریهای قلب برونر و سودارت و فیبس و لاکمن

