

سکته قلبی



بیمارستان شهدای سروستان

تهیه و تدوین : مینا فتحی

سوپروایزر آموزشی

زیر نظر سرکار خانم دکتر مهشید فصیحیان

متخصص بیماریهای قلب و عروق

زمستان 1400

سکته قلبی فرایندی است که در آن قسمتی از عضله قلب بعلت قطع یا کاهش جریان خون شریان قلب بطور دائمی از بین می رود. حدوداً ۴۰ درصد افرادی که دچار سکته قلبی می شوند، زیر ۶۵ سال و حدود ۵ درصد آنها کمتر از ۴۰ سال می باشند.

تظاهرات بالینی: اولین علامت سکته قلبی درد قدام قفسه سینه است که در ۸۰ درصد بیماران وجود دارد. این درد به گردن، سمت چپ و راست و پشت و حتی فک تحتانی انتشار می یابد. این درد با مصرف قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین و استراحت رفع نشده و مدت آن بیشتر از ۲۰ دقیقه می باشد. به همراه درد، علائم تنگی نفس، تعریق، تهوع و استفراغ و ضعف نیز وجود دارد. تنگی نفس یکی از علائم شایع سکته قلبی خصوصاً در افراد سالمند و دیابتی می باشد. گاهی سکته قلبی بدون درد می باشد که بیشتر در افراد سالمند و دیابتی دیده می شود.

تشخیص: سکته قلبی بر اساس تغییرات نوار قلب بیمار، آزمایشات تخصصی و اکو کاردیوگرافی تشخیص داده می شود.

عوارض سکته قلبی: علائم سکته قلبی بدون عارضه غالباً بعد از یک دوره استراحت و تحت نظر بودن در بیمارستان بتدریج

بهبود یافته و بیمار پس از ترخیص بعد ۳ هفته دیگر کم کم می تواند به کار و فعالیت عادی خود برگردد. اما در مواردی هم سیر بیماری بصورت فوق نبوده و خصوصاً در مواردی که سکته وسیع باشد یا بیمارانی که قبلاً سکته قلبی داشته اند عوارض مختلفی ایجاد می شود.

شایعترین این عوارض شامل بی نظمی های قلبی، نارسایی قلبی، ادم ریوی، شوک قلبی، نارسایی دریچه میترال، پارگی قلب می باشد.

درمان و مراقبت: سکته قلبی یک وضعیت اورژانس پزشکی است که باید در اسرع وقت پس از رسیدن بر بالین بیمار درمان را شروع کرد. ۴۸ ساعت اول بعد از سکته قلبی (خصوصاً ۲ ساعت اول) بحرانی ترین زمان برای بیمار است.

پس از ترخیص نکات زیر را مد نظر داشته باشید:

- ۱- از فعالیتهایی که سبب درد سینه، تنگی نفس و خستگی می شود، خودداری کنید. بین کار و فعالیت به استراحت بپردازید.
- ۲- بیمار باید فعالیت خود را بتدریج افزایش دهد و هر روز راه برود و مدت و فاصله راه رفتن را بتدریج افزایش دهد.

۳- از فعالیتهایی که باعث سفتی عضلات می شود خودداری کنید که شامل ورزشهای سنگین، وزنه برداری، بلند کردن اجسام سنگین می باشد.

۴- از انجام فعالیت ورزشی تا دو ساعت بعد از غذا خودداری کنید.
۵- از مواجهه با هوای خیلی سرد و گرمای بیش از اندازه پرهیز شود و از قدم زدن در خلاف جهت باد خودداری شود. از ورود به هوای مه آلود و شرجی اجتناب شود. هوای خشک بهتر از هوای شرجی است.

۶- هر روز در ساعات معین فشار خون خود را کنترل نمایید.
۷- در صورت افزایش وزن، در یک برنامه کاهش وزن شرکت کنید.

۸- در تمام اوقات قرص نیتروگلیسرین زیر زبانی همراه داشته باشید.

۹- از استرس روحی و فشار عصبی اجتناب کنید و به تفریح مناسب بپردازید.

۱۰- از مصرف دخانیات و مشروبات الکلی خودداری کنید.

۱۱- رژیم غذایی کم نمک کم چربی و کم کالری را رعایت کنید.
روزی ۳-۴ وعده غذا بخورید و از خوردن غذای سنگین و عجله

در خوردن غذا پرهیز کنید. بعد از خوردن غذا حداقل ۳۰ دقیقه استراحت نمایید.

۱۲- مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین باید محدود شود.

۱۳- حمام کردن باید ۱۰-۵ روز پس از شروع بیماری و کنترل آن با دستور پزشک صورت گیرد. در حمام یک نفر کنارتان باشد از آب ولرم استفاده کنید. زیرا آب سرد باعث افزایش کار قلب و درد قلب می شود و آب گرم باعث بروز حالت ضعف، سرگیجه و شوک می شود. زمان حمام از ۲۰ دقیقه تجاوز نکند. ۱۴- پس از چند هفته اجازه رانندگی دارید ولی اگر رانندگی باعث خستگی و عصبانیت می شود باید اجتناب کنید.

۱۳- از مسافرت با هواپیما بمدت ۶ ماه خودداری کنید بهترین وسیله برای مسافرت قطار می باشد.

۱۴- در صورت عدم وجود عارضه از هفته ششم می توانید فعالیت جنسی را شروع کنید. معمولاً زمانی که قادر باشید بدون ناراحتی دو طبقه پله را بالا و پایین بروید و یا یک تا دو کیلومتر راه بروید، می توانید فعالیت جنسی را شروع کنید. مصرف قرص زیرزبانی قبل از فعالیت جنسی به پیشگیری از ایجاد درد قفسه سینه کمک می کند.

توصیه می شود در صورت وجود علائم زیر به پزشک مراجعه کنید:

۱- احساس فشار یا درد جلو سینه ای که به مدت ۱۵ دقیقه بعد از مصرف قرص زیرزبانی نیتروگلیسرین رفع نشود.

۲- تنگی نفس

۳- غش یا سنکوپ

۴- ضربان قلب تند یا کند

۵- تورم در مچ پا یا بالاتر

منبع: کتاب برونر و سودارث پرستاری