

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

سکته قلبی با چه علایمی همراه است؟

- ✓ درد ناگهانی و معمولا در قسمت پایین استخوان جناغ و بالای شکم.
- ✓ درد سکته قلبی سنگین و فشاردهنده است و امکان دارد به شانه ها و بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار پیدا میکند. درد سکته قلبی خودبخود شروع و چند ساعت تا چند روز ادامه و با استراحت یا نیترو گلیسرین برطرف نمیشود.
- ✓ نبض سریع و تند
- ✓ 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 نداشته باشد.

سکته قلبی چگونه درمان میشود؟

❖ **اقدامات درمانی:**

- اقدامات دارویی
- درمان با اکسیژن
- مسکن ها

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

۱. از انجام فعالیت های سنگین که باعث درد قفسه سینه و تنگی نفس یا خستگی بی مورد میشود خودداری کنند.
۲. بین کار و فعالیت به استراحت بپردازد.
۳. در برنامه ریزی فعالیت های روزانه

کارهای سبک و سنگین را بطور متناوب انجام دهید.

۴. ۲ تا ۳ هفته از رانندگی اجتناب کنند.
۵. قبل از انجام مقاربت جنسی برای جلوگیری از حملات در حین و پس از مقاربت می توانید از قرص زیر زبانی استفاده نمایید.
۶. روزی ۳ تا ۴ بار غذا بخورد.
۷. از خوردن غذای زیاد و عجله در غذا خوردن خودداری کنند.
۸. از نرم کننده ای مدفوع برای جلوگیری از زور زدن در هنگام اجابت مزاج استفاده کنند.
۹. از روغن ماهی و زیتون و ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند استفاده نمایید.
۱۰. بجای سرخ کردن غذاها از آبپز کردن و کباب کردن استفاده نمایید.



بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

سکته قلبی



تهیه و تنظیم: واحد آموزش

۱۶. در صورت فشار یا درد قفسه

سینه که در مدت ۱۵ دقیقه بعد از

مصرف نیتروگلیسرین بر طرف

نشود به نزدیکترین مرکز فوریتها

اطلاع دهد.

۱۷. قرص های زیر زبانی را همیشه

همراه خود داشته باشید و در مواقع

درد قفسه سینه و یا قبل از انجام

فعالیت هایی که باعث ایجاد درد می

شود از آن استفاده کنید.

■ **علائم زیر را به پزشک اطلاع دهد:**

■ تنگی نفس

■ غش و سنکوب

■ ضربان قلب کند و یا تند

■ تورم پاها و مچ پاها

➤ **منابع: کتاب قلب پرونرو سوارث**

با آرزوی سلامتی و بهبودی روزافزون

شما بیماران عزیز

۱۱. برای طعم دادن به غذاها بجای

استفاده کردن از نمک و آبلیمو تازه و

یا سرکه و سبزیجات معطر استفاده

نمایند.

۱۲. استفاده از غذاهایی مانند سویا و کلم،

لوبیا سفید، قرمز، نان گندم، برنج

سبوسدار، جو و سیب و گلابی می

توانند در کاهش کلسترول موثر باشد.

۱۳. مصرف نوشابه های حاوی کافئین

دار مانند نوشابه و چای را محدود

کنند.

۱۴. هر روز راه بروید و مدت و فاصله

راه رفتن را طبق دستور پزشک

افزایش دهید.

۱۵. به نوعی تفریح مناسب بپردازد که

فشار عصبی را کاهش دهد.

۱۶. از شروع ورزش بلافاصله بعد از

خوردن غذا بپرهیزد.

آموزش به بیمار بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

آموزش به بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان