



حمله قلبی (MI)



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۳۶-۱۰۰۴

شماره بازنگری: ۰۷

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت
تهیه کننده: دپارتمان قلب- واحد آموزش سلامت

در صورت بروز علائم زیر سریعاً به پزشک مراجعه نمایید:

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

در صورت بروز علائم زیر در اولین فرصت به پزشک مراجعه نمایید:

- * تورم مچ پا یا بالاتر
- * تنگی نفس هنگام خوابیدن یا تنگی نفس شبانه

منابع:

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰
وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

* سعی کنید فشارخون خود را کنترل کنید، فشار خون بالا فشار مضاعفی را به قلب و عروق وارد می کند. توصیه می شود از روش های موثر مدیریت فشارخون مانند ورزش، رژیم غذایی کم نمک و کاهش وزن در صورت داشتن اضافه وزن استفاده کنید.

همچنین ممکن است پزشک داروهایی را برای کمک به کنترل فشار خون شما تجویز کند، لطفاً داروها را طبق دستور پزشک به طور منظم مصرف کنید.

توصیه می شود بعد از ترخیص از بیمارستان، به طور منظم به پزشک متخصص قلب مراجعه کنید و وضعیت سلامتی خودتان را کنترل نمایید.

نکات قابل توجه جهت پیشگیری از حمله مجدد قلبی:

شما می توانید با تغییر در شیوه زندگی از حمله مجدد قلبی پیشگیری کنید.

* در صورت استفاده از سیگار هرچه سریعتر نسبت به قطع سیگار اقدام نمایید.

* ورزش منظم و روزانه خود را ادامه دهید.

* رژیم غذایی مناسب جهت کاهش فشار خون و کلسترول را رعایت کنید.

* خواب کامل و منظم داشته باشید.

* سعی کنید بدون استرس زندگی کنید و در نهایت اساسی ترین عامل، مصرف منظم داروها می باشد.



این مطالب به منظور آشنایی با حمله قلبی و مراقبت‌های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

سکته یا حمله قلبی چیست؟

سکته قلبی زمانی رخ می‌دهد که جریان خون به ماهیچه قلب مسدود می‌شود.

این انسداد اغلب به دلیل رسوب چربی در دیواره شریان‌هایی که قلب را خونرسانی می‌کنند به وجود می‌آید. این پلاک چربی در نهایت پاره شده و با تشکیل لخته خونی منجر به قطع جریان خون در عروق خونرساننده به قلب می‌شود و جریان خون قطع شده می‌تواند بخشی از عضله قلب را از بین ببرد.

حمله قلبی چه علائمی دارد؟

* درد قفسه سینه، بازوها و قسمت فوقانی شکم که ممکن است با انتشار به گردن، فک تحتانی، پشت و کتف باشد و درد ممکن است به صورت سنگینی یا احساس فشردگی در قفسه سینه خود را نشان دهد.

* تعریق شدید و احساس سردی در تمام نقاط بدن



* افت فشار خون و گاهی افزایش فشار خون

* ترس و نگرانی

* بی قراری

* تپش قلب

* در افراد دیابتی، سالمندان و افرادی که سابقه فشار خون بالا و طولانی مدت دارند و همچنین افراد با اعتیاد شدید، درد ناشی از سکته قلبی ممکن است احساس نشود.

عوارض سکته قلبی:

- آریتمی‌ها که ممکن است کشنده باشد.

- نارسایی قلبی از مهمترین عارضه در بیماران مبتلا به سکته قلبی می‌باشد.

حمله قلبی چگونه تشخیص داده می‌شود؟

* نوار قلب

* انجام آزمایش خون

حمله یا سکته قلبی چگونه درمان می‌شود؟

* درمان به علت ایجاد علائم بستگی دارد. در صورت بروز آنژین حاد (درد قفسه سینه) احتمالاً پزشک به شما داروهای ضد انعقاد خوراکی می‌دهد. این داروها با راحت تر رقیق کردن خون باعث می‌شود خون به قلب برسد و علائم شما را به صورت موقت تسکین می‌دهد.

* طبق صلاحدید پزشک ممکن است شما در بیمارستان بستری و نیاز به دریافت داروهای ضد انعقاد تزریقی داشته باشید. این داروها می‌تواند به حل شدن لخته خونی که باعث انسداد شریان کرونر قلب شده است کمک کند.



* انجام آنژیوگرافی جهت تشخیص گرفتگی رگ‌های قلبی و در صورت نیاز آنژیوپلاستی یا استنت گذاری ممکن است انجام شود. در نهایت اگر این درمان‌ها جهت شما مناسب نباشد، جراحی قلب با نظر پزشک معالج‌تان توصیه می‌شود.

توصیه های خودمراقبتی بعد از حمله قلبی:

* فعالیت های خود را به تدریج افزایش دهید. با انجام پیاده روی روزانه با برداشتن گام هایی با فاصله کوتاه شروع کنید و به تدریج بر اساس تحمل خود فعالیت تان را افزایش دهید.

* از انجام ورزش های سنگین بپرهیزید.

* بعد از صرف غذا استراحت کنید.

* از مواجه با هوای خیلی گرم و خیلی سرد بپرهیزید و از بیرون ماندن و قدم زدن در هنگام آلودگی هوا خودداری کنید.

* مصرف نوشابه ها و فست فودها محدود شوند.

* داشتن رژیم کم نمک، کم چربی و کم کالری را رعایت کنید و در صورت داشتن بیماری زمینه ای مثل قندخون از مصرف مواد قندی بپرهیزید.

* از استرس و فشارهای روحی تا حد ممکن اجتناب نمایید.

* تا ۴ هفته از رانندگی کردن خودداری نمایید.

* طبق نظر پزشک به مدت ۴ الی ۶ هفته بعد از حمله قلبی، از فعالیت جنسی و فعالیت هایی که باعث افزایش ضربان قلب می شود و نیاز بدن به دریافت اکسیژن را بیشتر می کند بپرهیزید.

