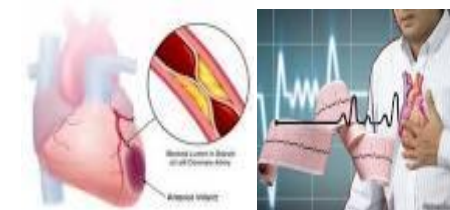


بیماری کرونر قلبی چیست؟

در این بیماری سرخرگ های کرونری تنگ و باریک می شوند و عضلات قلب از رسیدن خون و اکسیژن کافی محروم می گردد. در این صورت ممکن است در حالت استراحت اشکالی برای فرد ایجاد نشود، اما وقتی که قلب مجبور است کار بیشتری انجام دهد (مثلا بالا رفتن از پله ها)، سرخرگهای کرونری قلب به علت تنگی نمی توانند اکسیژن لازم را از طریق جریان خون به عضلات قلب برسانند. در نتیجه شخص حین بالا رفتن از پله ها دچار درد قفسه سینه و آنژین قلبی می گردد.



در چنین مواقعی اگر فرد کمی استراحت کند، درد معمولاً از بین می رود ولی در حالت پیشرفته ، اگر یک سرخرگ کرونری به علت مسدود شدن آن توسط یک لخته خون به طور کامل مانع خونرسانی شود، قسمتی از عضله قلب که دیگر خون به آن نمی رسد، خواهد مرد و منجر به سکته قلبی می شود.

چه عاملی سبب حمله قلبی می شود؟

یک حمله قلبی زمانی رخ می دهد که جریان خون به ناحیه ای از قلب قطع می شود (اغلب توسط یک لخته خون). این حالت اغلب بدین دلیل رخ می دهد که سرخرگهای تامین کننده خون عضلات قلب به دلیل رسوب چربی ، کلسترول و سایر مواد که پلاک نامیده می شود، به تدریج ضخیم تر ،سفت تر و تنگ تر می شوند. اگر پلاک جدا شود و لخته خون تشکیل گردد، جریان خون دچار انسداد شده و حمله قلبی رخ می دهد . بنابراین عضله قلبی که توسط رگ نامبرده خونرسانی می شود، می میرد. هرچه که مدت زمان انسداد سرخرگ طولانی تر باشد، آسیب بیشتر می شود .زمانی که عضله قلبی بمیرد، آسیب قلبی دایمی خواهد بود.

عوامل خطر بیماری کرونر قلبی

این عوامل به دو دسته تقسیم می شوند:

1. عوامل قابل تغییر



❖ چربی خون بالا



❖ فشار خون بالا

❖ مصرف دخانیات

❖ دیابت

❖ تغذیه نامناسب (مصرف بیش از حد چربی های

اشباع و نمک)

❖ اضافه وزن و چاقی

❖ کم بودن تحرک و فعالیت بدنی

2. عوامل غیر قابل تغییر

❖ عوامل ژنتیکی : سابقه بیماری قلبی در افراد

نزدیک خانواده

❖ سن بالا

❖ هورمون های زنانه : این هورمونها نقش حفاظتی

در پیشگیری از بروز بیماری عروق کرونر دارند (حد اقل تا زمانی که خانم ها به یائسگی برسند، مردها بیشتر از زن ها در معرض خطر هستند.



چگونه می توان بیماری کرونر قلبی را تشخیص داد؟

نوار قلب تست ورزش اسکن قلب اکوکاردیوگرافی آنژیوگرافی

نشانه های بیماری قلبی

• احساس ناراحتی در قفسه سینه

که اغلب فشارنده و در ناحیه پشت جناغ می باشد. با فعالیت افزایش و با استراحت تیف می یابد، ممکن است به بازو ، دست چپ و گاه به گردن و فک انتشار یابد . با مصرف قرص زیر زبانی در طی سه الی پنج دقیقه قطع می شود . در صورتی که درد همراه با تعریق سرد، تهوع و استفراغ بوده و بیشتر از 30 دقیقه طول بکشد مراجعه سریع به

اورژانس ضروری است.

ضعف و خستگی پذیری زودرس

تنگی نفس

سرگیجه

طپش قلب





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی شهید بهشتی

بیمارستان سوم شعبان دماوند

بیماری کرونر قلبی CAD



بهار 95

واحد آموزش دفتر پرستاری

➤ پیشنهاد می شود که

➤ غذاهایی مانند مرغ و ماهی و گوشت تازه و بدون چربی، سبزیجات و میوه جات تازه و نوشیدنی های غیر شیرین استفاده کنید. خوردن غذاهایی مانند گوشت چرب و تخم مرغ، کره، بستنی و شیرینی های کرم دار، قهوه، چای پررنگ و سایر غذاهای سنگین توصیه نمی گردد. مصرف آجیل مثل بلهام مفید است. مصرف هویج و سیب و شوید سبب کاهش کلسترول می شود. گوجه فرنگی به دلیل وجود آنتی اکسیدان سبب کاهش بیماریهای قلبی می شود. با عجله نخورید، غذا را در حجم کم و وعده های بیشتر استفاده کنید و پس از غذا استراحت کنید.

➤ از استعمال دخانیات پرهیز کنید

➤ از برخورد با وضعیت های پر استرس پرهیزید

➤ از تماس با آب و هوای سرد خودداری نمایید

➤ داروهای روزانه خود را به طور منظم مصرف نمایید

رفرنس:

1. کتاب پرستاری داخلی - جراحی قلب و عروق برونر و

سودارت

2. سایت آموزشی بیمارستان میلاد

آدرس:

میلاد، جنب سینما پرستار دانشگاه آزاد دماوند.

تلفن: 3-76319781



آموزش به بیمار بعد از ترخیص

- دست کم 30 دقیقه در بیشتر یا تمامی روزهای هفته ورزش نمایید
- وزن خودتان را در سطح سالمی حفظ کنید
- اگر مبتلا به دیابت هستید، قند خون خودتان را کنترل کنید.
- بعد از صرف غذا مدت کوتاهی استراحت نمایید
- از مصرف غذاهای نفاخ، فست فودها، غذاهای کنسروی، اسنک ها، نوشیدنی ها و شیرینی جات پر کالری پرهیز کنید و نمک را از رژیم غذایی خود حذف و یا غذای کم نمک مصرف نمایید
- از مصرف زیاد قهوه خودداری نمایید
- رژیم غذایی شما باید شامل محصولات لبنی کم چرب و یا بدون چربی، ماهی، نخود فرنگی و لوبیا، مرغ بدون پوست و گوشت لخم باشد
- میوه و سبزی به وفور مصرف نمایید
- از مصرف لبنیات پرچرب، گوشت پر چرب و روغن های هیدروژنه خودداری نمایید
- توصیه اصلی استفاده از غذای کم نمک و کم چرب است.
- علایم هشداردهنده حمله قلبی را بیاموزید.