

## چگونه با ضربان ساز خود زندگی کنم؟

♠ بعد از گذاشتن ضربان ساز معمولاً چندین روز یا هفته طول می کشد تا بهبودی کامل حاصل شود. زخم محل عمل تدریجاً بهبود می یابد و احساس بهتری به شما دست خواهد داد. در ابتدا ممکن است وجود ضربان ساز را حس کنید ولی بتدریج به آن عادت کرده و دیگر وجود آن را احساس نخواهید کرد.

♠ ۲۴ ساعت بعد از عمل می توانید فعالیت عادی خود را شروع کنید. ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی می توانید استحمام کنید. ۱۰ روز بعد از عمل برای کشیدن بخیه ها به مرکز توصیه شده مراجعه کنید.

♠ بازوی طرف ضربان ساز را تا ۲۴ ساعت بعد از عمل حرکت ندهید و بعد از آن نیز حرکت بازو را محدود نمایید. با افزایش بهبودی بتدریج می توانید دامنه حرکات بازو را افزایش دهید. بازو را تا ۴ هفته نباید بالاتر از شانه ببرید اما توجه داشته باشید که بی حرکتی بیش از حد بازو می تواند منجر به دردناک شدن مفاصل کتف و آرنج شود.

♠ ضربان ساز خود را در زیر پوست حرکت ندهید و آن را دستکاری نکنید. سعی کنید از خارج به آن ضربه ای وارد نشود. از پوشیدن لباس تنگ پرهیز کنید.

## ضربان ساز چگونه ضربان قلب را تنظیم می کند؟

پزشک شما باتری ضربان ساز شما را در زیر پوست قفسه سینه، درست در زیر استخوان ترقوه قرار می دهد که از طریق سیم های نازکی به قلب شما متصل می شود.

ضربان ساز تنها زمانی کار می کند که نیاز به آنها باشد. مثلاً زمانی که ضربان قلب شما بسیار تند یا کند یا نامنظم است ضربان ساز به کار می افتد و ضربان قلب را تشخیص داده و بر اساس آن و همچنین براساس آنچه که توسط پزشک برنامه ریزی شده، یک پیام الکتریکی به قلب فرستاده و ضربان آن را تنظیم می کند.

اکثر ضربان سازها همچنین می توانند فعالیت بیمار مانند از پله بالا رفتن و یا ورزش کردن را تشخیص داده و ضربان قلب را براساس میزان فعالیت، تند یا کند نمایند.

محل نصب باتری

## ضربان ساز چیست؟

ضربان ساز دستگاه کوچکی می باشد که به قلب شما کمک می کند تا ضربان منظم تر و طبیعی داشته باشید. ضربان ساز از قطعات کوچک کامپیوتری و یک باتری کوچک ولی با طول عمر طولانی تشکیل شده است.

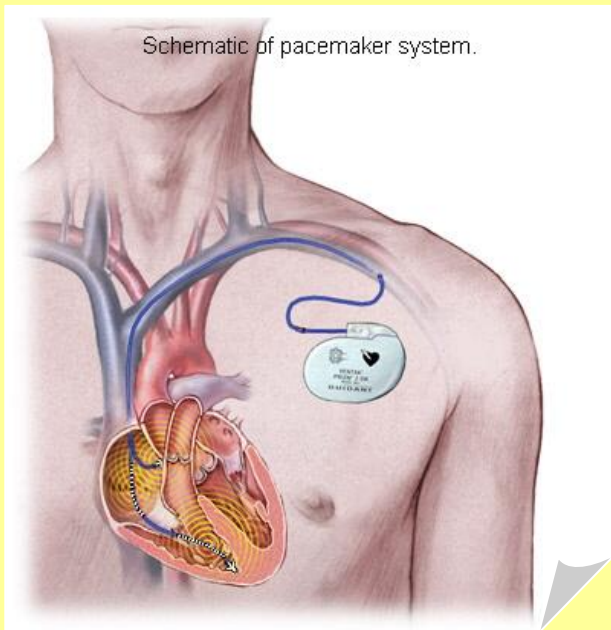


## چرا من به ضربان ساز نیاز دارم؟

شما ممکن است جهت انقباض و پمپ کردن خون کافی نیاز به ضربان ساز داشته باشید تا بدن شما خون اکسیژن دار و غذای کافی را دریافت نماید. با یک ضربان ساز قلب شما مثل سابق ضربان پیدا می کند. امروزه با وجود ضربان سازها بسیاری از افراد از زندگی طبیعی و کاملی برخوردار خواهند بود. اگر ضربان قلب شما به حدی کند باشد که منجر به سرگیجه، خستگی، غش، تنگی نفس و یا از دست رفتن هوشیاری شود یا زمانی که ضربان قلب شما بسیار تند و سریع و نامنظم باشد شما ممکن است به ضربان ساز نیاز داشته باشید. در مواردی کندی های بدون علامت هم نیاز به ضربان ساز دارید.



# ضربان ساز



Schematic of pacemaker system.

بیمارستان سوم شعبان دماوند

واحد آموزش دفتر پرستاری

۱۳۹۵

هنگام مسافرت با هواپیما از نشستن نزدیک بال هواپیما و محل آماده نمودن غذا خوداری کنید. به مسئول فرودگاه ها یا فروشگاه ها در مورد ضربان ساز خود اطلاع دهید، و با سرعت معمول وارد شوید. بهتر است بازرسی بدنی شوید. چون دزدگیرها یا فلزیاب روی ضربان ساز شما اثر می گذارد.

مایکروفر، بخاری برقی، سایر وسایل برقی در منزل در صورت سالم بودن مشکلی برای شما ایجاد نخواهد کرد. گوشی موبایل را بخصوص زمان روشن بودن، در فاصله ۱۵ سانتی متر دور تر و در سمت مقابل ضربان ساز قرار دهید.

قبل از هر عمل جراحی یا دندانپزشکی، حتماً پزشک را از ضربان ساز خود مطلع سازید. عکسبرداری، سونوگرافی، ماموگرافی روی ضربان ساز تأثیر نمی گذارد. ولی MRI، رادیوتراپی در بیماران دارای سرطان و فیزیوتراپی در دست ها روی ضربان ساز تأثیر می گذارد.

## علائم هشدار دهنده و پیگیری کننده:

- در مورد علائم و نشانه هایی زیر باید فوراً به پزشک مراجعه کرد:
- ۱- کاهش تحمل فعالیت ۲- اگر دچار مشکل تنفسی شده یا وزن تان اضافه شدو یا اگر در مچ یا ساق پا دچار تورم شدید، و یا غش کرده، سیاه و کبودی شدید و یا سرگیجه پیدا کردید. ۳- درد قفسه سینه ۴- تپش قلب ۵- کندی ضربان قلب ۶- سرگیجه



کلوت مشخصات ضربان ساز خود را در تمام اوقات همراه داشته باشید. کارت شناسایی که از بیمارستان دریافت می کنید باید حاوی نام و نام خانوادگی، نوع و شماره و مدل دستگاه، نوع شرکت سازنده، پزشک معالج، سرعت ضربان ساز و نام بیمارستانی که در آن ضربان ساز گذاشته شد، باشد.

زخم را تمیز و خشک نگه دارید. اگر متوجه شدید که زخم متورم، گرم، قرمز و یا دردناک تر شده و یا از آن ترشح خارج می شود فوراً با پزشک خود تماس بگیرید.

برای کنترل سرعت و کار ضربان ساز، روزانه نبض خود (مثل نبض کاروتید، رادیال، براکیال) را همان گونه که آموزش دیده اید چک کرده و در صورت کندی یا تندى ناگهانی نبض، به پزشک یا درمانگاه مراجعه کنید. چون نشان دهنده خرابی ضربان ساز می باشد.

لطفاً در ماه اول هر هفته سپس هر ۳ یا ۶ ماه یک بار ضربان ساز را نزد پزشک خود چک کنید. باتری ضربان ساز شما ۵ تا ۸ سال بسته به نوع آن کار می کند و زمانی که باتری تمام شود، شما جهت جایگزینی آن نیاز به جراحی دارید. بعضی مواقع ممکن است نوک سیم کاشته شده در قلب جابجا شود و نتواند بطور طبیعی قلب را تحریک کند که با عمل مجدد میتوان آن را در جای مناسب قرار داد.

