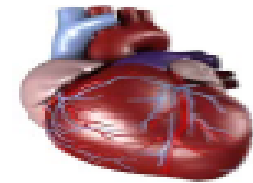


سکته قلبی



تعریف

به وضعیتی اطلاق می شود که در آن قسمتی از قلب به دلیلی بروز حمله قلبی شدید عملکرد طبیعی خود را از دست می دهد. به عبارت دیگر به دلیل عدم خون رسانی به ناحیه ای از سلولهای عضله قلب، آنها دچار تخریب و در نهایت مرگ سلولی می شوند.

علت حمله قلبی چیست؟

سکته قلبی معمولاً به علت گرفتگی شدید یکی از رگهای تغذیه کننده قلب رخ می دهد و این گرفتگی ها نیز به علت سفت و سخت شدن رگها اتفاق می افتد. از سایر علل می توان به موارد زیر اشاره نمود:

انقباض رگهای قلبی، خونریزی شدید کم خونی و کاهش شدید فشارخون افزایش شدید ضربان قلب به دنبال مشکلات ریتم قلب که منجر به بروز لخته خون می شود.

علائم سکته قلبی

درد سوزشی و فشارنده در ناحیه پشت جناغ سینه که به فک تحتانی، پشت، کتف یا هر دو دست کشیده می شود.

اضطراب شدید، تهوع، استفراغ، پوست سرد و رنگ پریده و مرطوب، تعریق، احساس تنگی نفس ناگهانی، ضعف شدید، تپش قلب، از دست دادن هوشیاری و گاهی سقوط بیمار

** بیماران دیابتی ممکن است هیچ دردی نداشته باشد.

تشخیص سکته قلبی:

علائم بیماری، نوار قلب، آزمایشات آنزیم های قلبی، اکوکاردیوگرافی، آنژیوگرافی

درمان سکته قلبی

- داروهای حل کننده لخته خون
- تنظیم کننده ضربان قلب
- کنترل درد بیمار با دارو و اقدامات حمایتی
- در برخی بیماران آنژیوپلاستی یا بالن زدن جهت بازکردن رگ مسدود شده
- جراحی پیوند عروق قلب

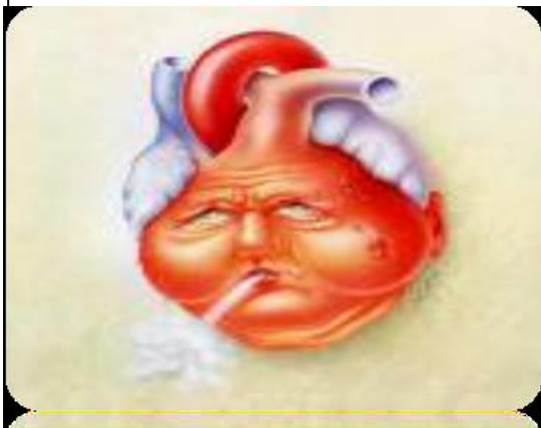
* رژیم دارویی خود را رعایت نمایید. و الگوی منظمی در خوردن داشته باشید.

* مصرف داروهای مدر (در صورت تجویز) به شب قبل از خواب موکول نکنید. چون این داروها دفع ادرار را زیاد کرده و در خواب شبانه اختلال ایجاد می کند.

در صورت عدم وجود عارضه از هفته ۴-۶ پس از سکت قلبی می توانید فعالیت جنسی خود را شروع کنید.

علائم هشداردهنده:

- تنگی نفس
- ضربان قلب کمتر از ۶۰ یا بالاتر از ۱۰۰
- تورم پاها و مچ پا
- غش و سنکوپ
- درد قفسه سینه که با مصرف قرص زیربانی برطرف نشود
-



* غذا را به آرامی بخورید. الگوی منظمی در خوردن داشته باشید و از مصرف حجم زیادی از غذا در یک وعده اجتناب کنید. با اضطراب و تنش هرگز غذا نخورید.

* در صورت داشتن یبوست، از غذاهای مسهل (مانند انجیر ، آلو...) استفاده کنید . سبزیجات و میوه جات به قدر کافی در رژیم غذایی استفاده کنید.

* یک برنامه تندرستی برای خود داشته باشید و به صورت تدریجی سطح فعالیت خود را افزایش دهید و این برنامه را ادامه دهید.

* از انجام ورزشهای سنگین اجتناب کنید. مهم ترین ورزش پیاده روی می باشد. از انجام ورزش بعد از مصرف وعده غذایی پرهیز کنید.

* از اموری که باعث ایجاد استرس و فشار عصبی در شما می شوند، پرهیزید و برنامه آرامبخشی برای خود داشته باشید. (برنامه خانوادگی شاد ،انجام امور دینی، انجام کارهای هنری مورد علاقه و باغبانی .. در کاهش فشار عصبی کمک کننده است.)



اقدامات لازم هنگام احساس درد یا سنگینی یا هرگونه ناراحتی در قفسه سینه در منزل :

هر ۵ دقیقه یک قرص زیربانی بگذارید و اگر تا ۱۵ دقیقه بعد از مصرف ۳ قرص ناراحتی رفع نشد و یا شدید گردید فوراً به پزشک مراجعه نمایید.

چه اقداماتی جهت بهبود سریع بیماری انجام دهید؟

* از قرارگیری در گرما و سرمای شدید و راه رفتن در مقابل باد خودداری کنید.

۲ * تا ۳ هفته بعد از ترخیص جهت ویزیت به پزشک مراجعه نمایید.

* هر روز در ساعت معینی ، وزن و فشارخون خود را کنترل کنید. در صورت نیاز وزن خود را کاهش دهید.

* در صورت بالا بودن فشارخون، به پزشک مراجعه نمایید.

* در تمام اوقات قرص های زیربانی همراه داشته باشد.

* مصرف سیگار و دخانیات (قلیان) را ترک کنید.