

**بیماران مبتلا به سکته
ی قلبی چه مواردی را
باید رعایت کنند:**

- ✓ ۶ تا ۸ ساعت بعد از سکته قلبی به دلیل تهوع و استفراغ ناشتا بمانند
- ✓ ۲۴ ساعت اول بیمار باید استراحت مطلق داشته باشد
- ✓ روز دوم می‌توانید ۳ بار و هر بار به مدت ۵ دقیقه پاهای خود را با کمک گرفتن از تخت آویزان نموده و حرکت دهید
- ✓ از روز پنجم در صورت اجازه ی پزشک می‌تواند شروع به قدم زدن بکند و به مرور فاصله راه رفتن را بیشتر کند
- ✓ معمولاً ۵-۱۰ روز بعد می‌تواند با آب ولرم به مدت زمان محدود ۱۵-۲۰ دقیقه حمام کند
- ✓ معمولاً ۲ هفته بعد می‌تواند فعالیت های عادی و پیاده روی روزانه را انجام دهد
- ✓ بعد از ۴ هفته می‌تواند رانندگی کند
- ✓ قرص زیر زبانی که توسط پزشک تجویز شده است همیشه همراه خود داشته باشد و در موارد درد سینه و یا قبل از فعالیت هایی که باعث ایجاد درد می شود از آن استفاده کند و در صورت برطرف نشدن درد به نزدیک ترین مرکز فوریت مراجعه کند

- ✓ رنگ پریده و بی قرار
- ✓ درد نور نالاف
- ✓ در بعضی موارد مخصوصاً در بیماران دیابتی سکته ی قلبی بدون درد و یا درد قابل تحمل می‌تواند بروز کند
- ✓ در سالمندان شکایت اصلی بیمار بصورت تنگی نفس بروز میکند
- ✓ عث کردن
- ✓ تند یا کند شدن ضربان قلب

- ✓ تورم پاها و مچ پاها
- ✓ تورم پاها و مچ پاها

**توجه: در صورت بروز
هر یک از این علائم
فرد باید به نزدیک ترین
مرکز درمانی مراجعه
کند**

- انواع راههای درمان آن:**
- ✓ اقدامات دارویی
 - ✓ درمان با اکسیژن
 - ✓ دارو های مسکن
 - ✓ استراحت

مقدمه

- ✓ سکته ی قلبی وضعیتی است که در آن قسمت هایی از عضله ی قلب در نتیجه تنگی یا انسداد رگ های قلب و کاهش یا قطع جریان خون و در نتیجه عدم اکسیژن رسانی کافی به قلب وجود می آید

علائم سکته ی قلبی:

- ✓ درد جلوی سینه که به گردن و دست چپ و راست و پشت و حتی فک تحتانی انتشار می یابد
- ✓ خود به خود شروع شده و امکان دارد چند ساعت تا چند روز ادامه یابد
- ✓ با استراحت و مصرف قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین برطرف نمی شود
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ اکثراً درد خیلی شدید
- ✓ عرق سرد
- ✓ تنگی نفس
- ✓ سرگیجه





مرکز آموزشی-درمانی و پژوهشی امام خمینی سراب

سکته ی قلبی



(متره هدف : بیمار)

تهیه و تنظیم : الناز سپاسه (کارشناس پرستاری)

و

واحد آموزش بیمارستان امام خمینی سراب

زمستان ۹۶

رژیم غذایی و ورزش:

- ✓ کم نمک
- ✓ کم چربی
- ✓ کم کالری
- ✓ از خوردن نوشابه و مایعات حاوی کافئین خودداری نماید
- ✓ استعمال دخانیات و نوشیدنی های الکلی ممنوع می باشد
- (استفاده از غذاهایی مانند سویا /کلم/لوبیا سبز/نان گندم/برنج
- سبوس دار/ جو /سیب/گلابی میتواند در کاهش کلسترول
- موثر می باشد)

ورزش مناسب:

- ✓ شنا
- ✓ پیاده روی
- ✓ دوچرخه سواری

منابع مورد استفاده

کتاب کامل پرستاری داخلی-

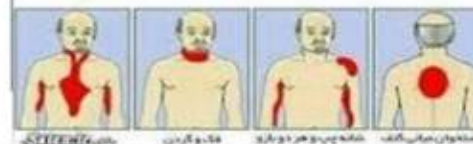
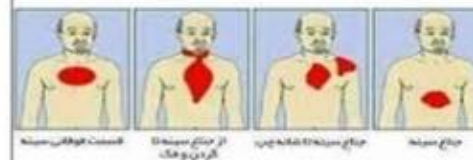
جراحی(برونر/فیس/لاکمن)

قلب سالم موجب ادامه زندگی است(سیمون جوزف)

۵

- ✓ از انجام فعالیت شدید و ورزشهای سنگین اجتناب شود
- ✓ هفته ی ۴-۸می تواند فعالیت جنسی را شروع بکند
- ✓ هفته ی ۷-۹میتواند کارش را اگر توام با فعالیت فیزیکی
- نیابند تمام وقت و اگر باشد به طور نیمه وقت شروع کند
- ✓ از نرم کننده های مدفوع و میوه جات و سبزیجات و
- مایعات کافی جهت اجتناب از یبوست و زور زدن استفاده
- گرد
- ✓ در صورت بالا بودن وزن سعی کند وزن خود را کمتر
- کند
- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک را سر وقت و به
- موقع استفاده کند
- ✓ بعد از ترخیص هر ۱۵ روز یا در مدت زمانی که
- پزشک توصیه کرده جهت معاینه به پزشک مراجعه کند

محل های درد هنگامی که حمله قلبی رخ می دهد



۴