



مرکز بهداشتی شمالغرب

بیمارستان شهید عارفیان

گروه هدف: بیماران



CHEST PAIN

یا

درد قلبی

بازبینی شده توسط

سو پروایزر آموزشی

بهار ۱۳۹۷

شماره پمفلت: ۱/MED/pam

را همراه داشته باشید و در صورت احساس درد هر ۵ تا ۱۰ دقیقه یک عدد استفاده کنید.

۸- وزن خود را در حالت ایستاده النگه دارید.

۹- هنگام حمام کردن از دوش گرفتن از آب بسیار گرم و یا سرد پرهیزید.

برنامه مواد غذایی:

مجاز:

سبزیجات - میوه ها - لبنیات کم چرب - گوشت سفید - ماهی و مرغ

رژیم غذایی محدود شونده

:

کله پاچه - سیرابی - گوشت قرمز - سرخ کردنی - خامه - کره - روغن جامد - خیارشور - کالباس و تخم مرغ

مادر سلامتی، ورزش و تحرک است

آموزش:

۱- از فعالیت‌هایی که موجب درد سینه و تنگی نفس و خستگی می شود خودداری کنید و بین کار و فعالیت به استراحت پردازید

۲- از مواجهه با هوای خیلی گرم یا سرد پرهیزید.

۳- رژیم کم نمک و کم چرب را رعایت کنید و چای و قهوه کم مصرف کنید.

۴- از عصبانیت و استرس روحی اجتناب کنید.

۵- از مصرف سیگار و مشروبات الکلی خودداری کنید.

۶- داروهای خود را در ظرفی که دارای برچسب مخصوص حاوی نام دارو و زمان مصرف باشد نگهداری کنید.

۷- همیشه قرص نیتروگلیسیرین

تعریف:

درد یا احساس فشار مبهم در زیر استرنوم (جناغ سینه) که اغلب به فک بازوی چپ و شانه ها انتشار میابد.

تظاهرات بالینی:

درد سینه ممکن است همراه با تهوع و استفراغ و تعریق باشد
علایم بیش از ۲۰ دقیقه طول کشیده و بهبود نمیابد
تنگی نفس احساس سبکی در سر از دست دادن هوشیاری و فشار خون پایین

تشخیص:

ویژگی های درد: (گنگ - شدید

فشاری - سوزشی تیز)

عوامل تشدید کننده: (فعالیت - تنفس

عمیق - به پشت خوابیدن - لمس)

عوامل تسکین دهنده: (حرکت نکردن

- خم شدن به جلو - نیتروگلیسرین)

ریسک فکتورها (عوامل خطرزا):

سابقه خانوادگی و علایم همراه
مثل تعرق سبکی سر تهوع و
استفراغ و تنگی نفس

سن بالا- مصرف تنباکو-
سیگار هیپر لیپیدمی- دیابت
شیرین فشار خون بالا- سطح
بالای هوموسیستئین و جنس
مذکر

EKG (نوار قلب) ممکن
است نشان دهنده ایسکمی
(گرفتگی رگ های قلب) یا
آریتمی (ضربان نامنظم)
باشد.

در MI (سکته قلبی) ممکن
است آنزیم های قلبی بالا رفته
باشد.

درمان:

علل قلبی نیاز به درمان فوری و
تهاجمی دارد.

تجویز نیترات ها و مرفین
جهت تسکین درد - آسپرین
۱۶۰ تا ۳۲۵ میلی گرم - در
صورت حساسیت به آسپرین از
دیپیریدامول استفاده می شود.

اکسیژن تراپی (SPO₂ بالای
۹۲ درصد حفظ شود)

تزریق هپارین و بتابلوکرها
(مانند ایندرال و...) میزان مرگ
و میر را کاهش می دهد

توجه: از تجویز بتا بلوکرها در
فشار خون پایین و برادیکاردی
اجتناب می گردد.