

به نام خدا

ساختار و عملکرد قلب:

قلب اندامی عضلانی، توخالی و مخروطی شکل است که درون قفسه سینه بین شش‌ها و در عقب جناق سینه جای دارد و بیش‌تر متمایل به نیمه چپ است. اندازه قلب در هر شخص معمولاً به اندازه مشت بسته می‌باشد. عمل قلب به مانند یک تلمبه است که خونی را که از سیستم گردش خون وارد آن شده است با ضربان دوباره وارد سیستم گردش خون می‌کند تا با فشار ثابت به همه اندام‌ها از جمله مغز، کلیه و احشا برسد. هم‌چنان‌که قلب برای رساندن اکسیژن و مواد غذایی خون را به تمام اعضای بدن تلمبه می‌کند، خود قلب نیز دارای رگ‌هایی است که به تمام قسمت‌های آن خون می‌رسانند تا عضلات قلب نیز از اکسیژن و مواد غذایی بهره‌مند شوند.

تعریف سکته قلبی:

هرگاه یکی از رگ‌هایی که خون به عضله قلب می‌رسانند به هر علتی دچار گرفتگی و تنگی شود، آن قسمتی از عضله قلب که از آن رگ خون می‌گیرد دچار کمبود اکسیژن و مواد غذایی می‌شود و همین باعث ایجاد درد در ناحیه قفسه سینه می‌شود و در موارد شدید آن نقطه از عضله قلب دچار مرگ سلولی (نکروز) می‌گردد و دیگر نمی‌تواند عمل ضربان را انجام دهد و این باعث اختلال در عملکرد قلب می‌شود.



نکاتی که باید بیمار سکته قلبی رعایت نماید:

۱. بهبودی کامل بعد از سکته قلبی ۶ تا ۸ هفته طول می‌کشد.

۲. از هرگونه استرس و هیجان زیاد دوری کند.

۳. در زمستان لباس گرم بپوشد و از هوای سرد بپرهیزد

۴. در روزهایی که آلودگی هوا شدید است از منزل خارج نشود.

۵. از غذاهای آماده و کنسروی تا حد امکان استفاده نکند.

۶. از پرخوری و با شتاب غذا خوردن بپرهیزد.

۷. سیگار نکشد و از دود سیگار بپرهیزد.

۸. از حمام بسیار داغ و بسیار سرد بپرهیزد.

۹. از مصرف چربی‌های حیوانی و مواد کلسترول‌دار مانند کره، پنیر چرب، بستنی کرم‌دار، زرده تخم مرغ، روغن‌های جامد، کله‌پاچه و جگر بپرهیزد و همیشه اعتدال را نگاه دارد.

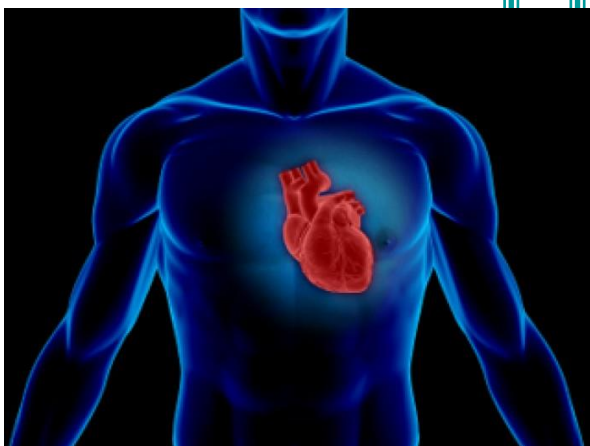
۱۰. وزن خود را در حد متعادل نگه دارد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی

آموزش بیماران سکته قلبی



۱۸. در صورت بروز درد قفسه سینه که با استفاده از قرص زیرزبانی نیتروگلیسرین هر ۵ دقیقه تا ۳ قرص برطرف نگردد، حتماً به مرکز درمانی مراجعه نماید.

۲۰. در صورت بروز علائم تنفس کوتاه، ضربان قلب کند یا تند، تورم پا و قوزک پا با پزشک تماس بگیرید



واحد ارتقا

سلامت بیمارستان دکتر شریعتی نرسیده به ماه دشت کرج

گروه هدف: کلیه مراجعین

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۳۷۳۰۵۰۱

تهیه: شهریور ۹۷ و بازنگری ۱۴۰۳

منبع: درسنامه مراقبتهای پرستاری در اختلالات قلبی و عروقی سیما زهری-ملاحات نیک روان

۱۱. از حجم غذا کم کند و به وعده‌های غذا اضافه کند.

۱۲. گوشت سفید (مرغ و ماهی) را جایگزین گوشت قرمز کند.

۱۳. از انجام فعالیت جسمی بیش‌تر از معمول تا یک ساعت بعد از غذا خوردن خودداری کند

۱۴. از انجام فعالیت‌هایی مثل رانندگی، مسافرت (ماشین و هواپیما)، و فعالیت‌های عملی سنگین تا دستور پزشک خودداری کند.

۱۵. برنامه ورزشی بعد از ۸-۶ هفته در صورت اجازه پزشک با پیاده روی سبک شروع شود.

۱۶. رژیم طبی، به خصوص مصرف داروها را رعایت کند.

۱۷. جهت کنترل سطح فشار خون، قند خون و کلسترول خون طبق دستور پزشک مراجعه نماید.