

آموزش به بیمار و خانواده

سکته قلبی



تاریخ تدوین: 1403/06/24

تاریخ بازنگری: 1404/06/24

کد شناسایی: P022

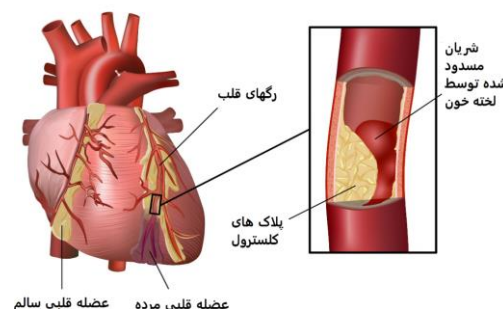
منبع: Medlineplus.gov

بیمار گرامی؛ سکته قلبی هنگامی

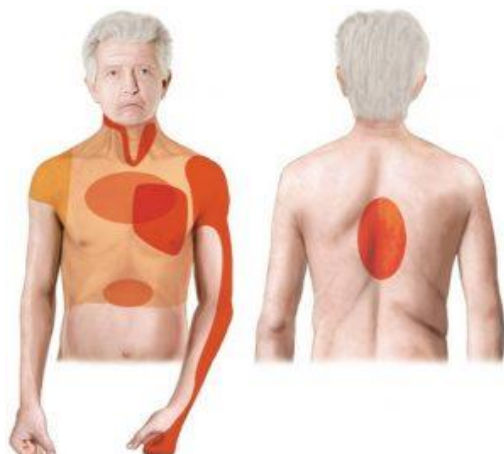
اتفاق می افتد که جریان خون قسمتی از قلب به طور ناگهانی قطع می شود و اکسیژن کافی به قلب نمی رسد و عضله قلب در آن ناحیه شروع به مردن می کند.

علت ایجاد درد نرسیدن اکسیژن به عضله قلب به دنبال بسته شدن رگ های قلبی (لخته خون) می باشد.

حمله قلبی



شما ممکن است علائمی مانند درد شدید قفسه سینه (با انتشار به فک، شانه ها و بازوها و پشت) سوزش سردل، تهوع، استفراغ، تعریق، تنگی نفس و اضطراب را تجربه کرده باشید.



رعایت نکات زیر برای پیشگیری از شروع مجدد درد به شما کمک می کند...

- ✓ داروهای تجویز شده را حتما مصرف کنید.
- ✓ قرص نیتروگلیسرین را در ظرف در بسته و به دور از نور و رطوبت و در جای خشک و سرد نگهداری کنید.
- ✓ در صورت بروز درد قفسه سینه نیتروگلیسرین به صورت زیر زبانی استفاده کنید، در صورت عدم بهبود با مصرف 3 قرص با فاصله 5 دقیقه به نزدیکترین درمانگاه مراجعه کنید.
- ✓ از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- ✓ قرص آسپرین را حتما همراه غذا یا بعد از آن مصرف کنید.
- ✓ از حمام کردن با آب داغ و سرد خودداری کنید.

- ✓ سیگار را ترک کنید.
- ✓ مواد غذایی کنسرو شده، کالباس، سوسیس، سس ها ، ترشی ها، چیپس، حاوی نمک بالایی هستند از مصرف آنها خودداری کنید.
- ✓ فعالیت جنسی خود را 8-6 هفته پس از بروز سکته قلبی می توانید از سر بگیرید.
- ✓ در صورتیکه هنگام نزدیکی جنسی درد قلبی بروز می کند، ده دقیقه قبل از نزدیکی 1 عدد پرل زیر زبانی استفاده کنید.
- ✓ در طول روز وعده های غذایی کوچک در دفعات بیشتر داشته باشید.
- ✓ اجتناب از هرگونه فعالیتی که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس یا خستگی بی مورد شود.
- ✓ استرس خود را با ورزش منظم کاهش دهید.

- ✓ به جای گوشت قرمز از ماهی و مرغ استفاده کنید.
- ✓ از روغن های گیاهی مانند روغن کنجد، زیتون و ذرت به جای روغن جامد و حیوانی استفاده کنید.
- ✓ برای جلوگیری از یبوست میوه و سبزیجات زیاد استفاده کنید.

جهت دریافت خدمات آموزشی در رابطه با بیماری ها و سوالات احتمالی با کلینیک پرستاری آموزش سلامت به صورت مراجعه حضوری یا تماس تلفنی در ارتباط باشید.
ساعت فعالیت: همه روزه (به غیر از روزهای تعطیل)
صبح ها : 7:30 تا 13:30

شماره تماس: 55227401 داخلی 2237
روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان:
1. وب سایت بیمارستان به آدرس:
<https://ch-kashmar.mums.ac.ir/hospital/modareshospital>
2. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان
صفحه مطالب آموزشی سایت بیمارستان

