



واحد آموزش سلامت
فروردین ۱۴۰۵

این عمل توسط شریانهای قلبی (کرونری) انجام میشود.

اگر به هر دلیلی مثل چربی خون بالا ، سخت شدن دیواره رگها، سابقه خانوادگی بیماری قلبی ، فشار خون بالا و قند خون بالای کنترل نشده و ... مسیر رگها مسدود شود، خونرسانی به عضله قلب کم شده ، غذا و اکسیژن کافی به آن نمیرسد و فرد دچار درد قلبی میشود.



مشخصات درد آثرینی چیست؟

□ دردی است که در جلو و عمق قفسه سینه و پشت استخوان جناغ احساس میشود و نمیتوان برای نشان دادن محل آن دست روی نقطه خاصی گذاشت.

□ شروع درد همراه با فعالیت شدید بدنی (نظیر بالا و پایین رفتن از پله ها ، بلند کردن جسم سنگین ، پارو کردن و ...) یا تماس با سرما ، خوردن غذای سنگین، استرس ، اضطراب و عصبانیت است.



آثرین صدري چیست؟

عضله قلب نیز مانند سایر نقاط بدن برای سالم ماندن و انجام هر چه بهتر عملکرد خود نیازمند خونرسانی برای دریافت غذا و اکسیژن است.

□ درد به صورت له کننده، فشارنده، سوزاننده است، برنده و تیز نیست . از نظر اغلب افراد شدت آن به حدی است که قبلا مانند آن را تجربه نکرده اند .

□ غالبا درد فقط محدود به منطقه قلب نیست و به گردن ، فک ، شانه ها ، بازوها ، مچ دست ، انگشتان چهاروم و پنجم دست) به خصوص دسته چپ (تیر میکشد ، ولی با استراحت و یا مصرف قرص زیر زبانی بهبود می یابد .

□ مدت زمان درد نهایتا ۳ تا ۵ دقیقه می باشد.

□ علاوه بر درد ممکن است علائمی مانند سختی در نفس کشیدن ، کوتاهی نفس ، رنگ پریدگی ، عرق سرد ، گیجی ، تپش قلب، تهوع ، استفراغ، اضطراب، سوهاضمه تا احساس خفگی شدید نیز وجود داشته باشد .

نکات مهم :

- در افراد دیابتی ممکن است به دلیل درگیری گیرنده های عصبی احساس درد کاهش یابد .

* ضمنا در سالمندان نیز اکثرا حمله آنژین صدری بدون درد و همراه با ضعف و بی حالی بروز میکند

پیشگیری و درمان:

- ☐ اگر در خانواده خود افراد مبتلا به بیماری قلبی –عروقی و دیابتی دارید ، شما در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به این بیماری ها هستید . بنابراین باید به طور منظم جهت چکاپ و کنترل قند خون ، آزمایشات قلبی و کنترل فشار خون مراجعه نمایید .
- ☐ اگر شما مبتلا به یکی از بیماری های قلبی –عروقی مانند آثرین صدری هستید ، حتما تحت نظر پزشک متخصص باشید تا بعد از انجام آزمایشات و اقدامات لازم مانند نوار قلب ، اکو ، تست ورزش و درمان دارویی مناسب را برایتان در نظر بگیرد .
- ☐ به یاد داشته باشید که داروی شما مخصوص خود شما است ، هرگز آن را به دوستان و آشنایان که بیماری مشابه ای دارند ، توصیه نکنید .
- ☐ به طور منظم به پزشک مراجعه کنید و هیچ وقت داروهایتان ها را خود سرانه قطع یا کم و زیاد نکنید . میزان فعالیت روزانه در حدی باشد که باعث درد قفسه سینه و تنگی نفس و خستگی نشود .
- ☐ استعمال دخانیات را قطع کنید.

☐ به مددجو تاکید کنید که داروهای تجویز شده را حتی اگر هیچ علامتی نداشته باشد مصرف کند .

☐ از برخورد با وضعیت های پر استرس اجتناب کنید و در مواقع عصبانیت از تکنیک های آرام سازی استفاده کنید .

☐ حتی الامکان از برخورد با آب و هوای سرد خودداری کنید وبه نکات زیر توجه کنید :

☐ در آب و هوای بسیار سرد با شال گردن روی دهان و بینی را بپوشانید . از مصرف مایعات سرد خودداری کنید.

☐ در مقابل باد حرکت نکنید و از هوای سردبه مکان گرم ناگهانی جابجا نشوید .



به بیمارانی که قرص نیتروگلیسرین مصرف میکنند موارد زیر را آموزش دهید :

- ☐ بیمار در تمامی اوقات قرص نیتروگلیسرین را همراه داشته باشد .
- ☐ همیشه از قرص تازه استفاده شود زیرا قرص در عرض ۳ تا ۶ ماه اثر خود را از دست می دهد و همیشه در شیشه ی تیره رنگ با درب بسته نگهداری شود .
- ظرف قرص را خیلی به بدن نزدیک نکنید زیرا دمای بدن باعث بی اثر شدن آن میشود .
- ☐ اگر قرص تازه باشد بعد از قرار گرفتن زیرزبان احساس سوزش زیر زبان ایجاد میکند .
- هنگامی که دچار درد قفسه سینه شدید :**

- ☐ ابتدا در هر موقعیتی که هستید کار خود را رها کرده و استراحت نمائید با اولین نشانه یک قرص نیترو گلیسرین زیر زبانی مصرف کنید اگر درد برطرف نشد پس از ۴ دقیقه یک قرص دیگر مصرف کنید باز اگر درد شما پس از ۴ دقیقه برطرف نشد یک قرص دیگر مصرف نمائید .
- ☐ اگر پس از مصرف ۳ قرص همچنان درد دارید یا بعد از مدت کوتاهی درد مجددا شروع شد بهتر است به اورژانس ۱۱۵ اطلاع دهید یا به نزدیک ترین بیمارستان محل زندگی خود مراجعه کنید .