



دیابت      ژنتیک      استرس      کهنوت سن  
مصرف مشروبات الکلی      سیگار کشیدن      مصرف فست فود      کلسترول بالا

### درمان سکته قلبی را می دانید؟

- اقدامات دارویی
- درمان با اکسیژن
- مسکن ها

### بیماران مبتلا به سکته قلبی چه مواردی را باید رعایت کنند؟

- از انجام فعالیت هایی که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس یا خستگی بی مورد می شود، خودداری کنید.
- بین کار و فعالیت به استراحت بپردازید، کمی خستگی طبیعی است و در دوران نقاهت انتظار می رود.
- فعالیت خود را به تدریج افزایش دهید. هر روز راه بروید و مدت و فاصله راه رفتن را افزایش دهید.
- ۲ تا ۳ هفته از رانندگی اجتناب کنید.

- تنگی نفس
- رنگ پریدگی
- عرق سرد
- سرگیجه یا احساس سبکی سر
- تهوع و استفراغ



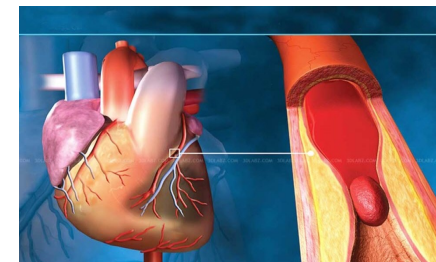
**نکته:** بیمار مبتلا به بیماری قند خون در صورتی که دچار سکته قلبی شود، ممکن است چندان از درد شکایت نکند.

### دلایل سکته قلبی کدامند؟

کهنوت سن، استرس، ژنتیک، دیابت، چربی خون بالا، مصرف فست فود، استعمال دخانیات، مصرف مشروبات الکلی

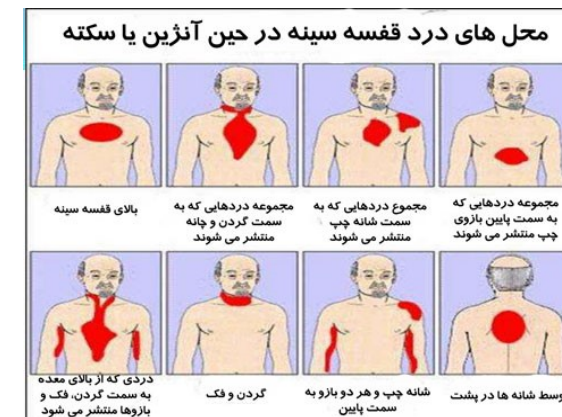
### سکته قلبی چیست ؟

سکته قلبی وضعیتی است که در آن قسمت هایی از عضله قلب از بین می رود. این حالت در نتیجه تنگی یا بسته شدن رگ های قلبی به وجود می آید.



### علائم سکته قلبی کدامند؟

درد ناگهانی و معمولا در قسمت پایین استخوان جناغ و بالای شکم می باشد. درد سکته قلبی سنگین و فشارنده است و امکان دارد به شانه ها و بازوی چپ و در مواردی به فک و گردن انتشار یابد. درد سکته قلبی خود به خود شروع شده و چند ساعت و تا چند روز ادامه دارد و با استراحت و قرص زیر زبانی بر طرف نمی شود.



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان

بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان

## سکته قلبی چیست؟



آموزش به مددجو

آموزش سلامت بیمارستان دکتر پیروز

۱۴۰۳

PIROZ PAM. TPC. EDH

## علائم زیر را به پزشک اطلاع دهید:

- تنگی نفس
- غش و سنگوب
- ضربان قلب کند یا تند
- تورم پاها و مچ ها



منبع:

مهدوی شهری، م و همکاران، ۱۳۹۶، مراقبت‌های جامع پرستاری در بخش های ویژه، تهران، جامعه نگر

شماره تلفن بیمارستان: ۳-۴۲۲۳۵۵۰۱

نکات مورد توجه برای شما بیمار گرامی:

- ۱-
- ۲-
- ۳-

- قبل از انجام مقاربت برای جلوگیری از حملات در حین و پس از مقاربت می توانید از قرص زیرزبانی استفاده کنید. روزی ۳ تا ۴ وعده غذای سبک بخورید.
- از نرم کننده های مدفوع برای جلوگیری از یبوست و زور زدن هنگام اجابت مزاج استفاده کنید.
- از روغن ماهی، روغن زیتون و ذرت و کنجد که ارزش غذایی زیادی دارند، استفاده کنید. به جای سرخ کردن غذاها از کباب کردن یا آب پز کردن آنها استفاده کنید. از مصرف دخانیات و الکل خودداری کنید.
- قرص زیر زبانی را همیشه به همراه داشته باشید.

