

سکته قلبی چیست؟

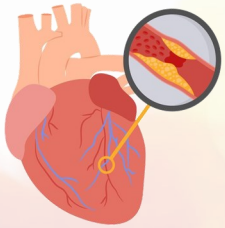
سکته قلبی (انفارکتوس میوکارد)
زمانی رخ می‌دهد که خون‌رسانی به بخشی
از عضله قلب به دلیل انسداد شریان
کرونری قطع یا کاهش یابد. این انسداد
معمولاً ناشی از رسوب چربی (پلاک) و
لخته خون است. در نتیجه، عضله قلب
دچار آسیب جدی می‌شود و در صورت
تاخیر در درمان می‌تواند کشنده باشد.



علائم و نشانه‌ها

درد یا فشار شدید در قفسه سینه
(ممکن است به بازو، گردن،
فک یا پشت انتشار یابد)

تنگی نفس
تعریق سرد و احساس بی‌قراری
تهوع یا استفراغ
سرگیجه یا ضعف شدید



اولین ساعت پس از سکته قلبی
«ساعت طلایی نجات» است.

عوامل خطر؛

فشار خون بالا	دیابت	کلسترول بالا
سیگار کشیدن	چاقی و کم‌تحرکی	
استرس شدید	سابقه خانوادگی	



آموزش مراقبت در

سکته قلبی

بیمارستان آسیا
Asia Hospital



واحد آموزش

اقدامات اورژانسی؛

تماس فوری با اورژانس (۱۱۵)

استراحت در حالت نیمه‌نشسته

اجتناب از فعالیت

مصرف قرص نیتروگلیسرین یا آسپرین

(در صورت تجویز پزشک)

اجتناب از رانندگی یا حرکت خودسرانه

درمان و مدیریت

داروهای ضدلخته (آسپرین، هپارین)

داروهای گشادکننده عروق و کاهش فشار خون

آنژیوپلاستی یا جراحی بای‌پس عروق کرونر در موارد شدید

توانبخشی قلبی شامل ورزش سبک، کنترل رژیم غذایی و کاهش استرس

خودمراقبتی و پیشگیری

ترک سیگار و پرهیز از الکل

تغذیه سالم (کاهش نمک، چربی اشباع و قند)

مصرف مصرف میوه، سبزی و غلات کامل

فعالیت بدنی منظم (۳۰ دقیقه در روز)

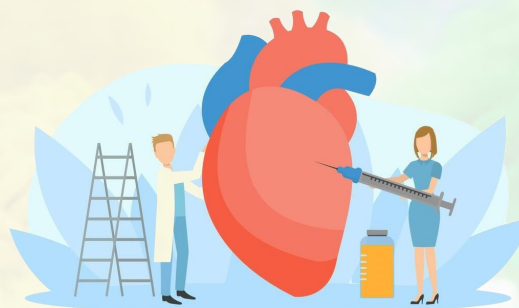
کنترل فشار خون، قند و چربی خون

مدیریت استرس و خواب کافی

مراجعه منظم به پزشک و پیگیری درمان



واحد آموزش بیمارستان آسیا



هرگونه درد یا فشار ناگهانی در
قفسه سینه را جدی بگیرید و سریعاً
به اورژانس مراجعه کنید!

