

چگونه از بروز آن پیشگیری کنیم؟

*درمان علل یا عوامل خطر زمینه‌ساز

*ترک سیگار

*خوردن غذاهای کم چرب و کم نمک

*کاهش وزن در صورت اضافه وزن

*اجتناب از عوامل فیزیکی یا عاطفی استرس‌زا که باعث بروز

حمله آنژین صدری می‌شوند.

*پس از مشورت با پزشک، به طور منظم ورزش کنید.

*آنژین صدری خفیف با استراحت و استفاده از نیتروگلیسرین

و سایر داروها برطرف می‌شود. برای برطرف کردن

بیماری‌های زمینه‌ساز ممکن است درمان‌های دیگری

ضروری باشند.

آنژین صدری چه عوارضی دارد؟

*حمله قلبی

*نارسایی احتقانی قلب

*بی‌نظمی‌های ضربان قلب که بالقوه مرگبار هستند.

آنژین صدری چگونه درمان می‌شود؟

هدف درمان عبارت است از کاهش نیاز قلب به اکسیژن یا

افزایش اکسیژن‌رسانی به قلب. این هدف معمولاً با دارو قابل

دستیابی است.

*اگر آنژین صدری با دارو کنترل نشد، درمان‌های دیگر

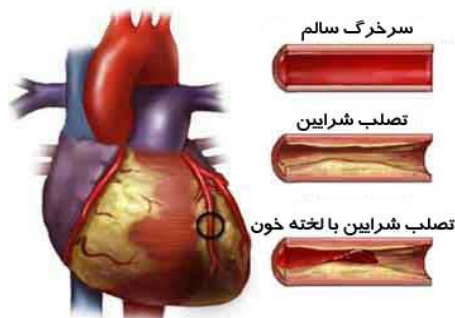
عبارتند از: آنژیوپلاستی با بالون برای بازکردن سرخرگ‌های



علل بروز آنژین صدری چیست؟

شایعترین علت آن: بیماری سرخرگ‌های قلبی، به عبارتی انسداد یا انقباض سرخرگ‌هایی که به قلب خون‌رسانی می‌کنند.

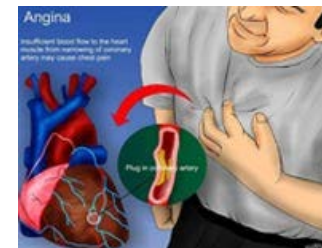
از علل دیگر می‌توان به: کم‌خونی، پرکاری تیروئید، تندشدن ضربان قلب، بیماری دریچه قلب اشاره کرد.



عوارض افزایش دهنده ی خطر چیست؟

سیگار کشیدن، چاقی، دیابت شیرین (مرض قند) فشارخون بالا، کلسترول بالا، خوردن زیاده از حد چربی یا نمک، عدم تحرک، خستگی، کار زیاد یا استرس سابقه خانوادگی بیماری سرخرگ‌های قلبی قرار گرفتن در معرض سرما یا باد.

آنژین صدری عبارت است از درد قفسه سینه که منشا این درد از قلب است. درد معمولاً زیر استخوان جناغ حس می‌شود و به علت نرسیدن اکسیژن به مقدار کافی به عضله قلب اتفاق می‌افتد. عواملی چون ورزش، هیجانات عاطفی، یا غذاهای سنگین در فردی که از قبل مشکل قلبی داشته است می‌توانند باعث برانگیخته شدن این نوع درد شوند. در حالت عادی، وقتی نیاز قلب به اکسیژن زیاد می‌شود، رگ‌های خون‌رسان قلب می‌توانند از پس برآوردن این نیاز برآیند. اما اگر رگ‌های قلبی بیمار باشند یا فشارخون بالا باشد، خون‌رسانی به عضله قلب محدود می‌شود. این درد معمولاً در مردان بالای ۳۵ سال و خانم‌هایی که یائسگی را پشت سر گذاشته‌اند دیده می‌شود.



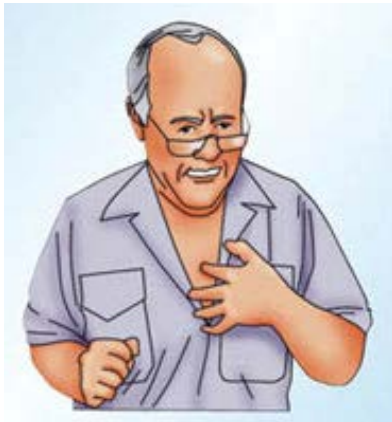
آنژین صدری چه علائمی دارد؟

احساس سنگینی، فشرده شدن، فشار، یا درد در قفسه صدری بروز ناگهانی مشکل در تنفس درد قفسه صدری مشابه سوءهاضمه حالت خفگی در گردن درد قفسه صدری که از فک پائین تا ناف می‌تواند وسعت داشته باشد، درد بازو، شانه، آرنج، یا دست، معمولاً در سمت چپ و درد بین دو کتف.



دانستنیهای آنژین صدری

(علائم، علل بیماری، پیشگیری، عوارض و درمان)



بیمارستان گلдіس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: سیما بشاورد- کارشناس ارشد پرستاری

زمستان ۱۳۹۲- کد پمفلت: AW2 - 09

چه رژیم غذایی را باید رعایت کنید؟

توصیه می‌شود غذاهای کم چرب و کم نمک استفاده نمایید.
در صورت اضافه وزن، وزن خود را کم کنید.

فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری

فعالیت خود را در زمان ابتلا به این بیماری طوری تنظیم کنید که درد بروز نکند.
البته این طور نباشد که آنژین صدری را بهانه کنید و اصلاً ورزش نکنید. باید توجه داشته باشید که انجام ورزش به صورت متعادل و منظم (با نظر پزشک) می‌تواند به کنترل علائم کمک کند.

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

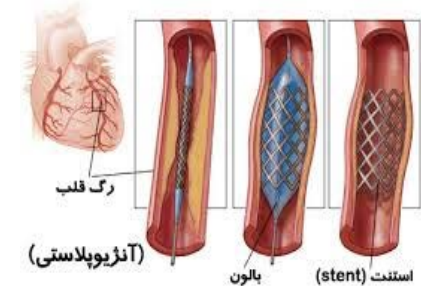
اگر علائم آنژین صدری را دارید یا اگر یکی از موارد زیر پس از تشخیص رخ دهد:

- حمله درد قفسه صدری، علی‌رغم استراحت و درمان با نیتروگلیسرین، بیش از ۱۵-۱۰ دقیقه طول بکشد.
- با درد قفسه صدری از خواب بلند می‌شوید و درد با یک قرص نیتروگلیسرین برطرف نمی‌شود. اگر این حملات ادامه یابند، حتماً مراجعه کنید، حتی اگر نیتروگلیسرین آنها را برطرف کند.
- حمله درد قفسه صدری متفاوت با گذشته یا شدیدتر از حد معمول است.

منبع: پایگاه اطلاع رسانی پرستاری

سایت بیمارستان: www.goldis.mui.ac.ir

قلبی مسدودشده، یا جراحی بای پاس (جراحی قلب باز) در حالتی که سرخرگ‌های قلبی شدیداً مسدود شده‌اند.



*توصیه‌هایی که در قسمت پیشگیری ذکر شد را رعایت نمایید.

*از موقعیت‌هایی که کار قلب را افزایش می‌دهند پرهیز کنید:



مثلاً عصبانیت، هوای خیلی گرم یا سرد،
فعالیت شدید بدنی در زمان ابتلا به این بیماری.

چه داروهایی در درمان آن استفاده می‌شود؟

نیتروگلیسرین آنژین صدری حاد را بهبود می‌بخشد. این دارو می‌تواند در عرض چند ثانیه درد را برطرف کند. همیشه آن را برای استفاده فوری همراه داشته باشید.
امکان دارد سایر داروهای مورد استفاده برای بیماری سرخرگ‌های قلبی، مثل آسپیرین، نیتراتها (نیتروگانتین و ایزوسورباید دی نیترات و...)، بتا - بلوکرها (آتالول، متورال، پروپرانالول و...) یا داروهای مسدودکننده کانال کلسیم (دیلتiazم، وراپامیل و...)، نیز تجویز شوند. در این صورت، رعایت دقیق دستور دارویی بسیار مهم است.