



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمان استان زنجان

حمله قلبی

بیمارستان ایثار ایجرود

تهیه کننده:

مریم اسمعیلی

دقیقه ها اهمیت دارند!

در صورت بروز علائم چه کنیم؟

درمان به موقع می تواند توالی حمله قلبی به نارسایی شدید قلبی و حتی مرگ را متوقف کند. داروهای متوقف کننده تشکیل لخته و حل کننده آن و نیز دیگر درمان های باز کننده ی شریانی ، در صورتیکه در عرض یک ساعت از شروع علائم به کار برده شوند ، بهترین تاثیر را در متوقف کردن حمله قلبی ایفا می کنند.

چنانچه شما و یا هرکس دیگری دچار نشانه های هشدار دهنده ی حمله قلبی شدید:

فورا با 115 تماس بگیرید.

چنانچه در کمتر از 5 دقیقه علائم به طور کامل رفع شدند، باز هم به نزدیک ترین مرکز درمانی راجعه نمایید.

حمله قلبی چیست؟

حمله قلبی عامل اول مرگ و میر در ایران است.

از آنجا که اکثر این مرگ و میر ها بدلیل بیماری های کرونری قلبی می باشند، آگاهی در مورد حمله قلبی بسیار مهم است. آگاهی و دانش اکنون شما در زمینه علائم هشدار دهنده ی حمله قلبی می تواند ناجی خود شما و یا یکی از اطرافیان شما باشد.

علائم و نشانه های حمله قلبی چیست؟

برخی از حملات قلبی ناگهانی و شدید هستند. اما اکثر آنها به آهستگی آغاز می شوند و با ناراحتی و درد خفیفی همراه می باشند.

-احساس ناراحتی، فشار، پری یا درد در مرکز قفسه سینه که بیش از چند دقیقه به طول انجامیده یا رفع شده و دوباره برمی گردد.

-احساس درد یا ناراحتی در یک یا هر دو بازو، پشت، بین دو کتف، گردن، فک یا معده.

-تنگی نفس با یا بدون احساس ناراحتی در قفسه سینه.

- سایر علائم مانند تعریق سرد، تهوع یا سبکی سر.

عوامل خطر ابتلا به حمله قلبی:

- 1- سیگار کشیدن
- 2- سابقه خانوادگی بیماری قلب قبل از سن سالمندی
- 3- سن
- 4- پرفشاری خون
- 5- افزایش کلسترول خون
- 6- اضافه وزن، چاقی شکمی و کم تحرکی
- 7- سابقه پیشین حمله قلبی، آنژین صدری، سکته مغزی، انسداد شریان های پا، جراحی بای پس عروق کرونری و یا آنژیوپلاستی



چگونه از حمله قلبی پیشگیری کنیم؟

میزان خطر ابتلا به حمله قلبی را با انجام اقداماتی به منظور پیشگیری و یا کنترل عوامل خطرزا کاهش دهید. به طور مثال:

-کنترل فشار خون

-رعایت رژیم غذایی کم نمک و کم چربی

-فعالیت بدنی

-ترک سیگار

-کنترل دیابت

هنگام ایجاد درد در قفسه سینه فعالیت های خود را فوراً متوقف کرده و بنشینید یا در بستر استراحت کنید. سر را بالاتر قرار داده و تنفس عمیق و آرام انجام دهید و داروی نیتروگلیسرین را مصرف کنید و تا رفع کامل درد استراحت کنید. هر پنج دقیقه تلا برطرف شدن درد یک قرص استفاده کنید و در زمان مصرف سومین قرص ، با اورژانس تماس بگیرید. در صورت داشتن عوامل خطر آفرین حمله قلبی به طور منظم به پزشک متخصص قلب و یا داخلی مراجعه کنید. شما می توانید از کتابچه ها و بروشور های علمی جهت انتخاب زندگی سالمتر و کاهش میزان خطر ، کنترل بیماری و مراقبت از افرادمورد علاقه تان استفاده کنید. دانایی توانایی است بنابراین بیشتر بیاموزید و بیشتر زندگی کنید.