

سکته قلبی و پیشگیری از آن



تهیه شده در واحد آموزش
بهار ۱۴۰۱

انفارکتوس میوکارد (MI) معمولاً به علائم حاد یکی از عروق کرونر و قطع ناگهانی جریان خون و اکسیژن به عضله قلب اتفاق می افتد در صورتی که یک گروه کرونر مسدود شود ، ۸-۱۰ ثانیه آن ناحیه می توان بدون اکسیژن و به صورت عادی تحمل کرده و بعد از ۸-۱۰ ثانیه دچار ایسکمی می شود و ایسکمی ۲۵ دقیقه طول می کشد. اگر این ۲۰ دقیقه تغذیه عادی قلب شروع شود ، ایسکمی از بین می رود ولی اگر ایسکمی ادامه یابد این ناحیه دچار آسیب می شود و بعد از گذشت ۶-۴ ساعت سلول های این منطقه از مرکز شروع به نکروز شدن می کنند و سلولی که نکروز شد غیرقابل بازگشت می باشد

علل سکته قلبی : تصلب شرایین ، اسپاسم عروق کرونر التهاب و پارگی عروق

علائم: درد سینه بسیار شدید که بیمار احساس مرگ قریب الوقوع می کند و این درد معمولاً حین فعالیت بدنی یا در هنگام استراحت ایجاد می شود و بیشتر از ۲۰ دقیقه طول می کشد و همراه با عرق سرد ، تهوع و استفراغ می باشد.

فشارخون بالا به دلیل بالا رفتن آدرنالین (اگر فشارخون پایین باشد خطرناک است و ممکن است بیمار دچار شوک شود چرا که در اوج استرس قلب نتوانسته فشار را بالا ببرد

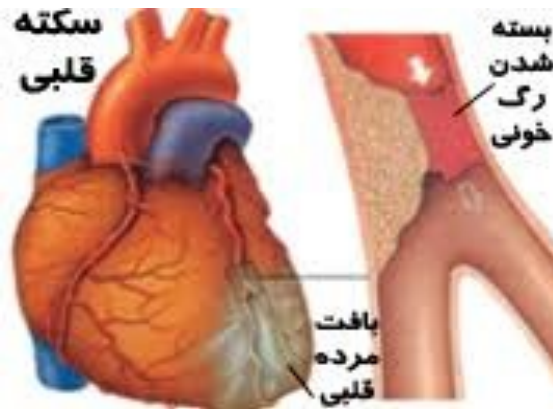
تشخیص:

- علائم بالینی (درد قفسه سینه ، تعریق، تغییرات فشارخون، رنگ پریدگی)
- علائم ECG
- مطالعات آزمایشگاهی
- تعیین سطح آنزیم های خون
- اکوکاردیوگرافی و MRI

درمان :

هدف از درمان شامل موارد زیر است:

۱. تسکین درد
۲. جلوگیری از عوارض بیماری و حمله بعدی
۳. بازتوانی بیمار در دراز مدت



- درمان فشار خون : فشارخون بالا می تواند تنش درون عروق و خود قلب را افزایش دهد.

- رژیم غذایی مناسب (سبزی و میوه زیاد و خوردن چربی کم، قند و گوشت کم)

- حداقل ۳۰ دقیقه ورزش در روز

- کنترل بیماری‌هایی از قبیل

- دیابت، فشارخون بالا و کلسترول

- دوری از محیط پراسترس

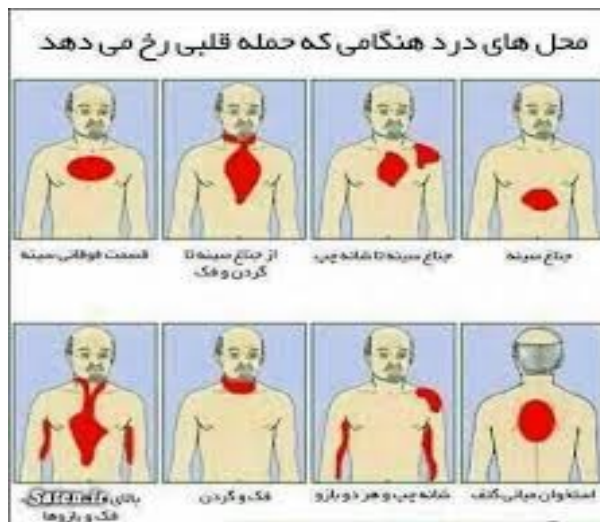
- استراحت به مدت نیم ساعت یا کمی

- بیشتر در میانه روز می تواند فشارخون

- را پایین آورد ه در نتیجه سبب کاهش

- خطر حمله قلبی تا ۱۰ درصد شود.

- حفظ وزن طبیعی



پیشگیری:

با تغییر سبک زندگی به یک سبک سالم می شود از خطر بیماری‌های قلبی پیشگیری نمود. عوامل اساسی یک سبک زندگی سالم شامل:

- سیگار نکشیدن یا ترک سیگار: سیگار و مواد شیمیایی درون سیگار باعث آسیب به دیواره عروق می شود و فرایند تنگ شدن را سرعت می بخشد. ترک سیگار خطر اضافه را ظرف چند سال کاهش می دهد.



اقدامات در صورت تشخیص انفارکتوس:

- استراحت مطلق (چون هرفعالیتی

- بارکاری قلب را بالا می برد)

- پوزیشن نیمه نشسته یا نشسته ، چون

- در پوزیشن نشسته جابجایی خون از تنه

- به دست و پا صورت گرفته و در نتیجه

- بازگشت وریدی کاهش یافته و در نتیجه

- اتساع ریو بهتر و ریه کاملا باز و بارکاری

- قلب کمتر می شود. افزایش بار کاری

- باعث افزایش ناحیه نکروزه می شود.

- وقتی بیمار در پوزیشن نشسته قرار می

- گیرد فشار دیافراگم به قفسه سینه

- وجود ندارد.

- اکسیژن رسانی (۲-۴ لیتر در دقیقه)

- دارودرمانی (مرفین ، هپارین ، TNG)

