



مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)
بندرعباس

آنژین صدری



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1401/07/30-0047	
عنوان	آنژین صدری
تهیه کننده	گروه آموزش
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
بازنگری	1404/01/15
ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت	
تأیید کننده علمی: آقای دکتر شاهین عباس زلده-فوق تخصص قلب و عروق	

-در تمام اوقات داروها را به همراه داشته باشید و دارو را دور از نور، رطوبت و گرما نگهداری کنید.

-قبل از هر فعالیتی از داروی نیتروگلسیرین زیر زبانی که موجب درد آنژینی می شود استفاده کنید مانند بالا رفتن از پله فعالیت جنسی زیرا نیتروگلسیرین تحمل فرد را نسبت به ورزش و استرس زیاد بالا می برد.



عوارض نیتروگلسیرین

-برافروختگی

-کاهش فشارخون

-سردرد

جهت بهتر شدن سردرد می توانید از قرص استامینوفن استفاده کنید.

”سلامتی شما آرزوی ماست“

منبع

ترجمه عباسی ابیانه، نوشین. معینی، فیروزه. همکاران(۱۳۹۸). درسنامه برونر و سودارث ۲۰۱۴ بیماری های قلب و عروق، انتشارات حیدری. ویرایش چهاردهم.



- سطح فشارخون را با انجام توصیه های پزشک به حد طبیعی برسانید.

-جهت کاهش استرس از روش های مدیتیشن، تن آرامی استفاده کنید.

-اگر درد آنژینی پس از استفاده از ۳ قرص زیر زبانی نیتروگلسیرین به فاصله ۵ دقیقه ای آرام نشد، سریعاً به اورژانس مراجعه نمایید.



نکات مورد توجه در مصرف قرص نیتروگلسیرین زیر زبانی

-قبل از استفاده از قرص زیر زبانی نیتروگلسیرین مطمئن شوید دهان و زبان شما مرطوب است.

-قرص را زیر زبان خود قرار داده و بزاق خود را فرو نبرید، تا وقتی که قرص کاملاً حل شود.

-اگر درد شدید است می توانید قرص را بین دندان ها له کنید و آن را زیر زبان نگه دارید تا سریعتر جذب شود.

-بعد از مصرف نیتروگلسیرین حتماً بنشینید تا از کاهش فشار خون ناگهانی و غش جلوگیری کند.



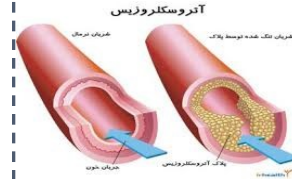
آنژین صدری

یک سندرم بالینی است که با حملات درد یا فشار بر قسمت قدامی قفسه سینه مشخص می شود.

علت آنژین صدری

جریان خون ناکافی عروق کرونر (عروقی که به ماهیچه قلب خونرسانی می کند) می باشد.

آنژین صدری نتیجه تجمع پلاک و چربی (آترواسکلروز) در دیواره عروق کرونر و تنگی دیواره عروق ایجاد می شود.



انواع آنژین صدری

آنژین پایدار: درد قابل پیش بینی دقیق که با فعالیت آغاز با با استراحت بر طرف می گردد.



آنژین ناپایدار: علایم هنگام استراحت هم ظاهر شده و شدیدتر و طولانی تر از حملات قبلی هستند.



علایم بالینی

-درد قفسه سینه که از یک احساس فشار در قفسه سینه تا درد شدید متفاوت است.

-به گردن، فک، شانه ها و سطح داخلی بازوها منتشر می شود.

-تنگی نفس

-رنگ پریدگی

-تعریق

-سیاهی رفتن چشم

-تهوع و استفراغ



توجه

بیماران مبتلا به دیابت ممکن است درد آنژین نداشته باشند و علایم فقط به صورت سوء هاضمه خود را نشان دهد.

تدابیر طبی

اهداف مراقبت و درمان طبی شامل

-کاهش نیاز ماهیچه قلب به اکسیژن و افزایش اکسیژن رسانی به قلب می باشد.

برای رسیدن به این اهداف می توان از

-درمان دارویی

-روش های بازگشائی مجدد عروق مانند آنژیوپلاستی

-عمل جراحی قلب باز (CABG) به روش بای پس کرونری استفاده کرد.



با تغییر روش زندگی و رعایت نکات زیر می توان احتمال بروز درد آنژین را کم کنید.

-داروهایتان را سر وقت و طبق تجویز پزشک استفاده کنید و از قطع ناگهانی داروها بدون نظر پزشک جداً خودداری کنید.



-رژیم غذایی کم نمک و کم چربی حاوی فیبر زیاد و در صورت لزوم کم کالری باشد.



-ترجیحاً گوشت سفید (مرغ و ماهی) را جایگزین گوشت قرمز کنید.



-حداقل ۳ روز در هفته ۳۰ دقیقه پیاده روی کنید.

-در فعالیت دوره های استراحت خود را تنظیم کنید تا ناراحتی قفسه سینه، تنگی نفس و خستگی نشوید.

-از ورزش، پیاده روی در هوای خیلی سرد و خیلی گرم خودداری کنید.



-مصرف سیگار و تنباکو را قطع کرده و از حضور در مکان هایی که سیگار می کشند خودداری کنید.

-از مصرف الکل اجتناب کنید.

