دارو: بیماران مبتلا به حملات مکرر آنژین صدری، تحت درمان با چندین داروی ترکیبی قرار می‌گیرند. مانند: اسید استیل سالیسیلیک (ASA)، داروهای کاهش دهنده فشار خون، بهبود دهنده گردش خون و نیترات ها



سایر روش های درمانی:

آنژیوپلاستی عروق کرونر (کاتتریزاسیون قلبی): شامل قرار دادن یک ماده شبکه مانند (استنت) در دیواره عروق کرونر می باشد.

بای پس: مداخله جراحی که شامل کاشت یک پل (بای پس) است تا خون بتواند انسداد ناشی از عروق کرونر را دور بزند.

⇐ توصیه های خودمراقبتی

*فشار خون خود را کنترل کنید. فشار خون بالا اولین عامل بیماری‌های قلبی عروقی است. هر چند وقت یکبار به پزشک مراجعه کرده و شرایط خود را بررسی کنید.

*درمان دیابت را جدی بگیرید. افراد مبتلا به دیابت در معرض خطر بیشتر ابتلا به بیماری قلبی عروقی قرار دارند.

*از اضافه وزن دوری کنید. وزن نرمال خود را حفظ کنید و مانع از تجمع چربی‌ها در اطراف شکم خود شوید. چاقی می‌تواند از عوامل اصلی بیماری قلبی یا آنژین صدری باشد.

*از استرس و اضطراب پرهیز کنید. سطح استرس خود را کاهش دهید و ضربان قلب خود را (در حالت استراحت) بین ۶۰ تا ۱۰۰ ضربه در دقیقه نگه دارید.

*اگر کوچکترین علائم یا مشکلی در قلب و سیستم عروقی خود مشاهده کردید، هر چه سریع‌تر به پزشک مراجعه کنید.

*از مصرف خودسرانه دارو پرهیز نمایید.

در صورت مشاهده علائمی از قبیل:

۱).....

۲).....

۳).....

۴).....

در اسرع وقت به اورژانس مراجعه نمایید.

داروهای تجویز شده را طبق دستور درج شده مصرف نمایید:

۱).....

۲).....

۳).....

۴).....

*جهت پیگیری امور درمانی خود می توانید با دریافت نوبت به کلینیک تخصصی بیمارستان یا مطب پزشک معالج خود در تاریخ ..... مراجعه نمایید. برای دریافت نوبت و مطالب آموزشی بیشتر، می‌توانید به آدرس www.thums.ac.ir مراجعه نمایید.

*جهت دریافت نتایج آزمایش‌های ..... در تاریخ ..... به پذیرش آزمایشگاه بیمارستان مراجعه نمایید.

*لطفا هنگام مراجعه به پزشک یا درمانگاه این کارت، خلاصه شرح حال و مدارک مربوط به آزمایشات و سوابق بیماری خود را همراه داشته باشید.

مهر و امضاء پرستار آموزش دهنده: .....

دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه

بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی

آنژین صدری



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

تماس: ۵۲۲۲۶۰۱۶ – داخلی ۲۶۱

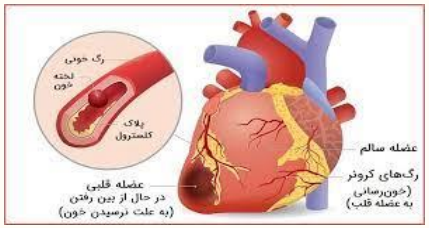
9DH APP شماره بازنگری: ۱ تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱/۱۵

⇐ شرح بیماری

آنژین صدری یکی از علائم بیماری عروق کرونر است که باعث درد در قفسه سینه می‌شود. این بیماری به دلیل انسداد سرخرگ کرونر که وظیفه آن انتقال خون، اکسیژن و مواد مغذی به قلب است، ایجاد می شود که از گردش صحیح خون اکسیژن‌دار به عضله قلب جلوگیری کرده و باعث ایجاد احساس درد در فرد می‌شود. اصطلاحا این وضعیت کمبود اکسیژن به قلب را "ایسکمی" می‌نامند. آنژین صدری یکی از انواع ایسکمی است.

⇐ انواع آنژین:

آنژین صدری پایدار: شایع‌ترین نوع آنژین صدری، آنژین پایدار است. در این نوع اختلال درد قفسه سینه زمانی خود را نشان می‌دهد که قلب بیش از حد معمول کار کند (به طور مثال در طول تمرینات ورزشی یا بالا رفتن از پله‌ها) و پس از مدت کوتاهی که بدن به حالت عادی باز می‌گردد، علائم آن ناپدید می‌شود. درد آنژین صدری پایدار بین ۲-۱۰ دقیقه طول می کشد و همیشه بعد از فعالیت‌های سنگین ظاهر می‌شوند.



آنژین صدری ناپایدار: آنژین صدری ناپایدار، خطرناک ترین نوع آنژین می باشد. در این نوع آنژین درد قفسه سینه می تواند بدون هیچ گونه فعالیت بدنی (زمانی که بدن در حال استراحت است) شروع شود. برخلاف آنژین پایدار، علائم آن شدیدتر بوده و مدت زمان بیشتری (۵ تا ۱۵ دقیقه) طول می‌کشد.

علل

تجمع پلاک‌های آترواسکلروتیک (رسوبات چربی) بر روی دیواره رگ‌ها	
باریک شدن دریچه آئورت	
دیابت	کم خونی شدید
پرکاری تیروئید	بالا رفتن سن
فشارخون بالا	کم تحرکی
کلسترول خون بالا	مصرف الکل و دخانیات

علائم

علائم آنژین مانند علائم سکته قلبی است اما شدت و مدت آن متفاوت است. **شایع‌ترین علائم آنژین صدری عبارتنداز:**

- درد قفسه سینه: می‌تواند تا شانه‌ها، بازوها، گردن، فک یا پشت گسترش یابد
- سوزش در قفسه سینه
- فشار در قفسه سینه
- حالت استفراغ
- سخت نفس کشیدن
- از دست دادن هوشیاری

نکته:

*در افراد دیابتی به دلیل درگیری گیرنده های عصبی احساس درد کاهش می یابد و ممکن است درد به صورت غیر اختصاصی خود را نشان دهد.

* در سالمندان نیز اکثرا حمله آنژین صدری بدون درد و همراه با ضعف و بی حالی بروز می کند.

*در افراد با بیماری کلیوی و بیماران با مشکلات مغزی عصبی نیز جهت تشخیص باید دقت بیشتری شود.

⇐ تغذیه و رژیم غذایی

*رژیم غذایی کم نمک، بدون شکر و چربی را رعایت نمایید و مصرف میوه‌ها، سبزیجات، محصولات حاوی غلات کامل، حبوبات و ماهی را افزایش دهید. این روش به شما کمک می‌کند تا سطح کلسترول خون را به میزان قابل توجهی کاهش داده و فشار خون بالا را نیز کنترل کنید.

*انواع روغن های مایع مانند آفتابگردان، سویا، زیتون و کنجد برای سلامتی قلب مفید هستند.

*رژیم پرفیبر (سبزیجات و میوه ها مانند شوید، هویج، و ...) را در برنامه غذایی خود قرار دهید زیرا باعث کاهش احتمال یبوست و زور زدن حین اجابت می شود.

*پر خوری نکنید.

* چای پررنگ و نوشیدنی های حاوی کافئین مصرف نکنید.



⇐ فعالیت

*در مرحله حاد و بروز علائم، استراحت مطلق را رعایت نمایید.

* از فعالیت در محیط خیلی گرم و به خصوص سرد پرهیز نمایید.

*به طور منظم ورزش های سبک انجام دهید (روزانه ۳۰ دقیقه). فعالیت بدنی به کاهش خطر بیماری قلبی ایسکمی، سکته مغزی و فشار خون بالا کمک می‌کند.

⇐ درمان

استراحت: در مورد آنژین صدری پایدار استراحت می‌تواند باعث کاهش علائم شود.