

هو الشافی .



## آنژین صدری



واحد آموزش و توانمند سازی

(آموزش به بیمار)

تلفن بیمارستان :

06633406099 داخلی (119)

اسفند ماه سال 1399

آدرس سایت :

asali.lums.ac.ir

آنژین صدری یک سندرم بالینی است که با حملات درد یا فشار بر قسمت قدامی قفسه سینه مشخص می شود علت آن جریان خون ناکافی عروق کرونر ( عروقی که به ماهیچه قلب خونرسانی می کند ) می باشد . آنژین صدری در نتیجه تجمع پالک و چربی در دیواره عروق کرونر و تنگی دیواره عروق ایجاد می شود . این تجمع پالک و چربی در دیواره عروق را آترواسکلروز می نامند .

## انواع آنژین صدری

**آنژین پایدار :** درد قابل پیش بینی دقیق که با فعالیت آغاز و با استراحت بر طرف می گردد  
- آنژین ناپایدار : در این حالت عالیم هنگام استراحت هم ظاهر شده و شدیدتر و طولانی تر از حملات قبلی هستند .  
علائم بالینی:

- درد قفسه سینه که از یک احساس فشار در قفسه سینه تا درد شدید متفاوت است  
معمولا به گردن ، فک ، شانه ها و سطح داخلی بازوها منتشر می شود 2- تنگی نفس 3- رنگ پریدگی ، تعریق ، سیاهی رفتن چشم 4- تهوع و استفراغ

در بیماران مبتال به دیابت ممکن است درد آنژین نداشته باشند و ممکن است عالیم 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 عروق سازی مجدد مانند آنژیوپالستی و عمل جراحی قلب باز 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 .  
استفاه کنید و از قطع ناگهانی داروها بدون نظر پزشک جدا خودداری کنید  
رژیم غذایی کم نمک و کم چربی حاوی فیبر زیاد ترجیحا . و در صورت لزوم کم کالری باشد  
گوشت سفید ( مرغ و ماهی ) را جایگزین گوشت .. قرمز کنید

بعد از مصرف نیتروگلسیرین حتما بنشینید تا از کاهش فشار خون ناگهانی غش جلوگیری کند

عوارض نیتروگلسیرین : برافروختگی، جهت . کاهش فشار خون و سردرد می باشد بهتر شدن سردرد می توانید از استامینوفن

استفاده کنید

در تمام اوقات داروها را به همراه داشته باشید . دارو را دور از نور و 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



اگر درد آنژینی پس از استفاده از 3 قرص زیر زبانی نیتروگلسیرین به فاصله 5 دقیقه ای آرام نشد، سریعا به پزشک مراجعه نمایید

در مورد نیتروگلسیرین زیر زبانی نکات زیر را به خاطر داشته باشید

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 کامال 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

حداقل 3 روز در هفته 30 دقیقه پیاده روی کنید.

فعالیت ها را با تنظیم دوره های استراحت به خود متفاوت انجام دهید به طوری که باعث ناراحتی قفسه سینه ، تنگی نفس و خستگی نشود

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

سطح فشار خون را با انجام توصیه های پزشک به حد طبیعی برسانید

از مصرف داروهای فاقد نیاز به نسخه دارویی (مثل قرص های رژیم الغری قطره های ضد

احتقان بینی و ... ) برای نخستین بار بدون

مشورت پزشک خودداری کنید

جهت کاهش استرس از روش های مدیتیشن

تن آرامی استفاده کنید.