

## سندرم حاد عروق کرونر قلب (ACS)

### تهیه کننده:

مهین رضانی اول (کارشناس پرستاری)

ویراست علمی:

سوپروایزر آموزشی، سوپروایزر آموزش سلامت

## همچنین در زمینه رژیم غذایی سالم باید از خوردن مواد زیر اجتناب کنید:

- مصرف زیاد گوشت قرمز
- روغن پالم و روغن نارگیل
- غذاهای شیرین و نوشاب

### نکته آخر:

زندگی با بیماری عروق کرونر ممکن است باعث ترس، اضطراب، افسردگی و استرس شود. بیمار ممکن است در مورد مشکلات قلبی یا ایجاد تغییرات در شیوه زندگی که برای سلامتی اش لازم است، نگران باشد. گفتگو با یک مشاور حرفه ای و یا اگر احساس افسردگی وجود دارد، مشاوره توسط یک روانشناس، می تواند در بهبود اوضاع روحی بیمار نیز موثر باشد.

منبع: پرستاری برونر-سودارث

### ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:

تلفن: ۰۵۱۵۷۲۳۶۸۳۵

داخلی: ۱۳۰۰

## درمان:

۱- تغییر در شیوه زندگی:

- رژیم غذایی سالم
- حفظ وزن متعادل
- مدیریت استرس و هیجان
- فعالیت بدنی و ورزش
- فعالیت بدنی و ورزش

۲- دارو درمانی

۳- جراحی قلب

۴- بازتوانی

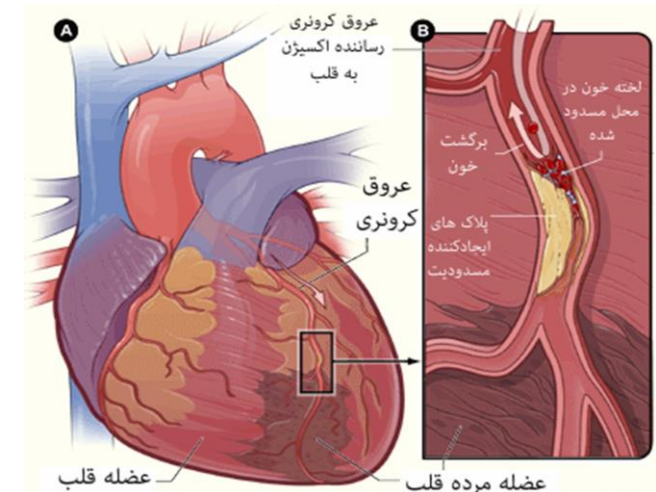
## رژیم غذایی سالم بیماران قلبی:

- فرآورده های لبنی بدون چربی یا کم چرب، مانند شیر بدون چربی
- ماهی های غنی از اسیدهای چرب امگا ۳، مانند ماهی آزاد، ماهی تن و ماهی قزل آلا (حدوداً دو بار در هفته)
- میوه ها مانند سیب، موز، پرتقال، گلابی و آلو
- حبوبات، مانند لوبیا، عدس، نخود، نخود سیاه و لوبیا
- سبزیجات، از قبیل کلم بروکلی، کلم و هویج



## سندرم حاد عروق کرونر قلب (ACS) چیست؟

یک بیماری است که در آن ماده ای مومی شکل به نام پلاک در داخل عروق کرونر قلب به تدریج ساخته می شود. این شریان وظیفه انتقال خون غنی از اکسیژن را به عضله قلب بر عهده دارد. اما هنگامی که این پلاک ها در طول سالیان طولانی در شریان ها ساخته می شود؛ موجب انسداد راه خون رسانی به قلب شده و به اصطلاح فرد دچار بیماری عروق کرونر قلب می شود



در صورت پارگی پلاک، یک لخته خون بر روی سطح آن تشکیل می شود. که می تواند از جریان خون در شریان کرونر جلوگیری کند. در این هنگام فرد دچار آنژین صدری و یا حمله قلبی و بدنبال آن نارسایی قلبی می شود.



آنژین صدری درد قفسه سینه و احساس ناراحتی در منطقه سینه است. این درد احساس مانند فشرده شدن دارد و می تواند به شانه ها، بازوها و حتی فک سرایت کنید. گاهی بیماران دچار آنژین صدری در ابتدا این درد را با دردهای ناشی از سوء هاضمه اشتباه می گیرند.

علائم آنژین صدری نیز می تواند شبیه به علائم حمله قلبی باشد. اگر درد در این ناحیه از یک الگوی خاص پیروی نمی کند و هر بار تحت شرایطی گوناگون رخ میدهد. احتمال اینکه نشانه حمله قلبی باشد بیشتر است. در هر حال اگر مطمئن نیستید که این درد ناشی از حمله قلبی یا آنژین صدری است یا خیر، بهتر است فوراً با اورژانس (شماره تلفن ۱۱۵) تماس بگیرید.

## علل ایجاد بیماری عروق کرونر قلب:

- سیگار کشیدن
- مقادیر بالای چربی و کلسترول در خون
- فشار خون بالا
- دیابت
- سن بالا
- عوامل ژنتیکی و یا شیوه زندگی
- اضافه وزن یا چاقی
- عدم فعالیت بدنی



## علائم:

۱- آنژین صدری (شایعترین علامت)

۲- تنگی نفس

۳- تهوع (احساس ناراحتی در معده)، استفراغ، سرگیجه یا غش، و یا رقق سرد

برخی از افراد مبتلا به بیماری های عروق کرونر قلب علامت شایع خاصی ندارند.

## تشخیص:

۱- نوار قلب (EKG)

۲- تست ورزش

۳- اکوکاردیوگرافی

۴- معاینه فیزیکی،

۵- نتایج حاصل از آزمایشات پزشکی

۶- عکس از قفسه سینه (CXR)

۷- آنژیوگرافی کرونر (این آزمایش با استفاده از رنگی خاص و نوعی اشعه X انجام می شود و توسط آن پزشک می تواند داخل عروق کرونر را بررسی کند)