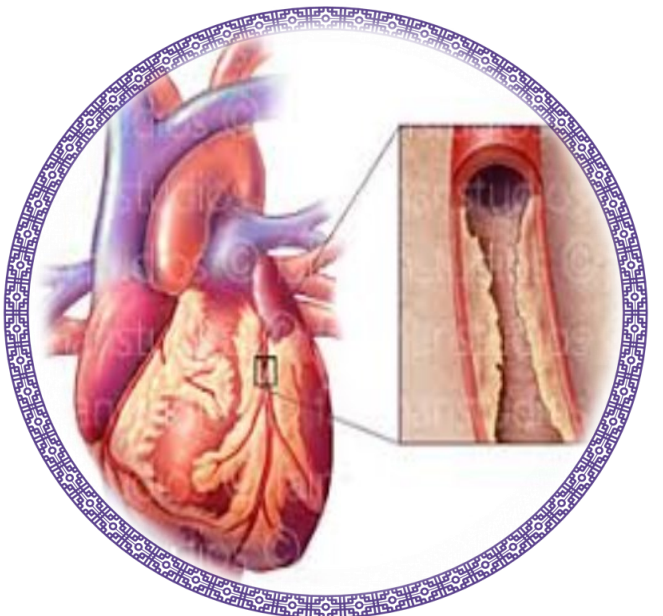


بیماری عروق کرون قلب



تهیه کننده: مهین رضانی اول (کارشناس پرستاری)

ویراست علمی: خانم دکتر محسنی

واحد آموزش سلامت—بازنگری ۱۴۰۰

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

- مصرف زیاد گوشت قرمز و پرچربی
- روغن پالم و روغن نارگیل
- غذاهای شیرین و نوشابه
- نمک و غذاهای شور

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

آدرس اینترنتی: www.bohloul.gmu.ac.ir

واحد آموزش سلامت

درمان:

۱- تغییر در شیوه زندگی:

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

۲- دارو درمانی

۳- جراحی قلب

۴- باز توانی

رژیم غذایی سالم بیماران قلبی:

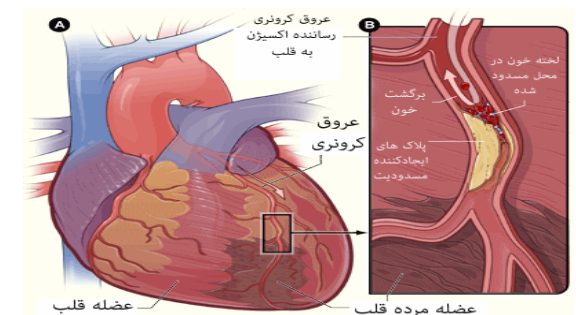
- فراورده های لبنی بدون چربی یا کم چرب، مانند شیر بدون چربی
- ماهی های غنی از اسیدهای چرب امگا ۳، مانند ماهی آزاد، ماهی تن و ماهی قزل آلا (حدوداً دو بار در هفته)
- میوه ها مانند سیب، موز، پرتقال، گلابی و آلو
- حبوبات، مانند لوبیا، عدس، نخود، نخود سیاه و لوبیا
- سبزیجات، از قبیل کلم بروکلی، کلم و هویج



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. شریان های قلب، 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.



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



علائم:

- ۱-درد قفسه سینه (شایعترین علامت)
درد، احساسی مانند فشرده شدن دارد و می تواند به شانه ها، بازوها و حتی فک و گردن سرایت کند
 - ۲-تنگی نفس
 - ۳-تهوع (احساس ناراحتی در معده)، استفراغ، سرگیجه یا غش، و یا عرق 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)

