



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی مدائن
سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

آنژین صدری



Ma-Ed-Pa- D-CCU - ۰۹۳
واحد آموزش سلامت
۱۳۹۳

رژیم غذایی :

- توصیه می شود غذاهای کم چرب و کم نمک استفاده نمایید.
- در صورت اضافه وزن، وزن خود را کم کنید.
- مواد غذایی پر فیبر مثل انواع سبزیجات، کاهو ، خیار ، گوجه را به رژیم غذایی خود را اضافه کنید.
- گوشت سفید مانند مرغ و ماهی را جایگزین گوشت قرمز کنید.
- در پخت غذا به جای سرخ کردن از آب پز کردن و کباب کردن استفاده کنید.

سایر مراقبت ها :

- اگر سابقه مصرف دخانیات دارید آن را به طور کامل کنار بگذارید
- از عصبانیت و استرس زیاد پرهیزید
- فعالیت جنسی ضربان قلب شما را افزایش می دهد ، طبق نظر پزشک در صورت لزوم از یک قرص زیرزبانی نیتروگلیسرین می توانید قبل از فعالیت استفاده کنید .

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، نرسیده به
چهارراه ولی عصر، خیابان صبا جنوبی
تلفن: ۶۶۴۰۵۷۰۵-۸ ۶۶۴۶۵۳۵۵
نمابر: ۶۶۴۱۰۱۲۱

www.Madaen.hospital.ir

داروها :

- ✓ پرل زیر زبانی نیتروگلیسرین آنژین صدری حاد را بهبود می بخشد، اما تأثیری بر علائم سایر بیماری ها ندارد. همیشه آن را برای استفاده فوری همراه داشته باشید.
- ✓ امکان دارد سایر داروها مورد استفاده برای بیماری سرخرگ های قلبی، مثل آسپیرین، متورال، ایندرال و دیلتیازم، نیز تجویز شوند. در این صورت، رعایت دقیق دستور دارویی بسیار مهم است.
- ✓ از مصرف داروهای بدون نسخه پزشک بخصوص قرص های لاغری و قطره های ضد احتقان بینی که موجب افزایش ضربان قلب می شوند خودداری شود.

فعالیت:

- در زمان ابتلا به این بیماری فعالیت خود را طوری تنظیم کنید که درد بروز نکند.
- باید توجه داشته باشید که انجام ورزش به صورت متعادل و منظم (با نظر پزشک) می تواند به کنترل علائم کمک کند.
- از انجام فعالیت های ورزشی بلافاصله بعد از غذا پرهیزید.

آنژین صدری:

عبارت است از درد قفسه سینه که از قلب برخاسته باشد. درد معمولاً زیراستخوان جناغ حس می‌شود و به علت نرسیدن اکسیژن به مقدار کافی به عضله قلب روی می‌دهد. در حالت عادی، وقتی نیاز قلب به اکسیژن زیاد می‌شود، رگ‌های خونرسان قلب می‌توانند از پس برآوردن این نیاز برآیند. اما اگر رگ‌های قلبی بیمار باشند، یا فشارخون بالا باشد، خونرسانی به عضله قلب محدود می‌شود.

این درد معمولاً در مردان بالای ۳۵ سال و خانم‌هایی که یائسگی را پشت سر گذاشته‌اند دیده می‌شود.

علائم شایع:

- درد خفیف تا شدید در قفسه صدری و جناغ
- انتشار درد به بازو، شانه، آرنج، یا دست، معمولاً در سمت چپ یا درد در بین دو کتف
- بروز ناگهانی مشکل در تنفس (گاهی)
- درد قفسه صدری مشابه سوءهاضمه
- احساس ضعف و بی‌حسی در بازوها
- سنگینی و کرختی
- تعریق، تهوع و استفراغ



علل:

- بیماری سرخرگ‌های قلبی، بعبارتی انسداد یا انقباض سرخرگ‌هایی که به قلب خونرسانی می‌کنند.
- پرکاری تیروئید
- تند شدن ضربان قلب
- بیماری دریچه قلب

عوامل افزایش دهنده خطر:

- سیگار کشیدن
- چاقی
- دیابت شیرین (مرض قند)
- فشارخون بالا
- کلسترول بالا
- خوردن زیاد از حد چربی یا نمک
- عدم تحرک
- خستگی
- کار زیاد یا استرس
- سابقه خانوادگی بیماری قلبی
- قرار گرفتن در معرض سرما یا باد

پیشگیری:

- درمان علل یا عوامل خطر زمینه‌ساز
- ترک سیگار
- خوردن غذاهای کم چرب و کم نمک
- کاهش وزن در صورت اضافه وزن
- ورزش و پیاده روی

عواقب مورد انتظار:

- آنژین صدری خفیف با استراحت و استفاده از نیتروگلیسرین و سایر داروها برطرف می‌شود.
- برای برطرف کردن بیماری‌های زمینه‌ساز ممکن است درمان‌های دیگری ضروری باشند.

عوارض احتمالی:

- حمله قلبی، نارسایی احتقانی قلب
- بی‌نظمی‌های ضربان قلب

درمان:

- هدف درمان عبارت است از:
- ❖ کاهش نیاز قلب به اکسیژن یا افزایش اکسیژن‌رسانی به قلب.
- این هدف معمولاً با دارو قابل دستیابی است. اگر آنژین صدری با دارو کنترل نشد، درمان‌های دیگر عبارتند از:
- آنژیوپلاستی برای باز کردن سرخرگ‌های قلبی مسدود شده، یا جراحی بای‌پاس در حالتی که سرخرگ‌های قلبی مسدود شده.

