

	یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء	
---	-----------------------------------	---

آنژین صدری



پروانه بهمن پور - کارشناس پرستاری

پاییز ۱۴۰۲

مرکز آموزشی درمانی و تحقیقاتی قلب و عروق

شهید مدنی تبریز

<http://madanihosp.tbzmed.ac.ir>

آنژین صدری

شروع حمله آنژین صدری اغلب در شرایطی اتفاق می افتد که عضله قلب میزان بیشتری به خون احتیاج داشته باشد ، به عنوان مثال در زمان فعالیت بدنی یا احساسات قوی. شریان های بسیار تنگ ممکن است در صورت کم بودن تقاضا برای اکسیژن ، مانند زمان نشستن ، خون کافی را به قلب برسانند. اما با وجود فشارهای بدنی - مانند بالا رفتن از تپه یا بالا رفتن از پله ها - قلب سخت تر کار می کند و به اکسیژن بیشتری احتیاج دارد.

محل درد

فرد مبتلا نمی تواند با انگشت خود محل درد را نشان دهد زیرا درد در یک منطقه مانند نیمه چپ قفسه سینه و معمولاً در مرکز قفسه سینه، پشت استخوان سینه منتشر شده است.

مدت درد

حدود ۳ الی ۵ دقیقه است و در طی این مدت چنانچه فرد به استراحت بپردازد ناراحتی از بین می رود ، همچنین این درد به قرص نیتروگلیسرین جواب می دهد و به ندرت بیش از ۱۰ دقیقه طول می کشد .

علائم

- درد یا ناراحتی که می تواند به قفسه سینه، فک، شانه ها، بازوها (بیشتر بازوی چپ) و پشت سرایت کند.
- سفتی قفسه سینه، سوزش، سنگینی، احساس فشردن یا ناتوانی در نفس کشیدن.
- آنژین گاهی اوقات باعث سرگیجه، رنگ پریدگی، ضعف می شود.

عوامل ایجاد کننده

هر عاملی که سبب افزایش کار قلب و یا سبب افزایش نیاز عضله قلب به اکسیژن میشود سبب بروز آنژین قلبی می شود، مانند :

۱. فعالیت بدنی یا استرس
۲. قرار گرفتن در یک مکان بسیار سرد
۳. بعد از یک وعده غذایی بزرگ

علت

وقتی عروق خون رسانی کننده عضله قلب تنگ و مسدود می شود عضله قلب قادر به تامین خون لازم نمی باشد در نتیجه میزان اکسیژن عضله قلب برای رفع نیاز متابریک کافی نبوده و سلولهای عضله قلب دچار ایسکمی (خون رسانی نا کافی) می شوند .

تشخیص

اغلب با بررسی تظاهرات بالینی و شرح حال دقیق بیماری تشخیص داده می شود بررسیهای تشخیصی دیگر عبارتند از:

گرفتن نوار قلب ، تست ورزش ، اسکن ایزوتوپ ، آکوکاردیوگرافی،

آنژیو گرافی شریان کرونری

درمان

* درمان دارویی

* کنترل عوامل خطر آفرین در صورت شروع حمله آنژین صدری

انواع آنژین

دو نوع رایج آنژین، پایدار و ناپایدار هستند.

۱. آنژین صدری پایدار (آنژین صدری) را می‌توان با دارو و تغییر شیوه زندگی کنترل کرد.
۲. آنژین ناپایدار ممکن است به استراحت یا نیتروگلیسرین پاسخ ندهد. نیاز به توجه فوری دارد.

آنژین پایدار معمولاً ۵ دقیقه طول می‌کشد. به ندرت بیش از ۱۵ دقیقه. آنژین ناپایدار اغلب در هنگام استراحت اتفاق می‌افتد. به طور ناگهانی رخ می‌دهد. احساس درد قفسه سینه می‌کنید که قبلاً نداشتید. ناراحتی بیشتر از آنژین پایدار (بیش از ۲۰ دقیقه) طول می‌کشد.

توانبخشی قلبی

- برای یادگیری نحوه ورزش ایمن، تقویت عضلات و بهبود استقامت، تمرینات ورزشی انجام دهید.
- آموزش و مشاوره برای یادگیری چگونگی کاهش خطر ابتلا به مشکلات قلبی در آینده.
- سبک زندگی با دانستن و کنترل فشار خون، دیابت و کلسترول خون خود می‌توانید خطر ابتلا به سایر بیماری‌های قلبی و سکتة را کاهش دهید. همچنین داشتن یک سبک زندگی سالم مهم است.

در صورت درد قفسه سینه به ترتیب زیر اقدام نمائید:

* کلیه فعالیتهای خود را متوقف کنید و بنشینید یا دراز بکشید
قرص زیر زبانی نیترو گلسیرین را سریعاً زیر زبان قرار داده و تا قطع کامل درد استراحت کنید .

* حد امکان در قرار گرفتن در آب و هوای سرد پرهیز نمائید .

* از انجام فعالیتهایی که به تلاش زیاد احتیاج دارند و ورزشهای ناگهانی و ایزو متریک خود داری نمائید .

* در صورت امکان و حدالمقدور افزایش وزن نداشته باشید.

* در تمامی اوقات قرصهای زیر زبانی نیترو گلسیرین همراه خود داشته باشید .

* از غذاهای سبک و وعده های زیاد امام با حجم کم استفاده نمائید .

* از خوردن غذاهای پر چرب سرخ کرده و آماده و در ضمن پر خوری پرهیز نمائید .

* استعمال دخانیات را متوقف کنید و از بودن با یک فرد سیگاری در یک اتاق پرهیز نمائید .

* داروهای تجویز شده توسط پزشک یا حتی اگر هیچ علایم بالینی نداشته باشید حتما مصرف کنید.

* در زمان درد فقط تا ۳ عدد قرص زیر زبانی نیتروگلسیرین و به فاصله هر ۵ دقیقه بصورت زیر زبانی استفاده کنید اگر درد کاهش نیافت سریعاً باید به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمائید. خطر سکتة قلبی وجود دارد .

* از مصرف خود سرانه داروها بدون نسخه پزشک خود داری کنید.

* از برخورد با وضعیتهای پر استرس اجتناب نمائید .

* بهتر است از آسانسور بجای پله استفاده شود.* بین کار و فعالیت در فواصل مناسب استراحت کنید دوره های مختصر استراحت در طول روز داشته باشید .

* برنامه و میزان فعالیتهای روزانه در حدی باشد که باعث درد قفسه سینه یا تنگی نفس و خستگی نشود .

منابع

- ۱- اکرم قهرمانیان و همکاران - اصول و مبانی پاتر و پری - ۱۴۰۱- انتشارات جامعه نگر
- ۲- پرستاری داخلی و جراحی برونر- ۱۴۰۰- انتشارات جامعه نگر