

بیماری های قلبی:

بیماریهای قلبی عروقی در حال حاضر جزو سه علت اول مرگ و میر و ناتوانی انسان در سراسر دنیا بوده و در حال تبدیل شدن به اصلی ترین عامل مرگ و میر یا ناتوانی در اغلب کشورها می باشد. اگرچه خطرات ناشی از بیماریهای بیماریهای عفونی و مسری بدلیل ماهیت واگیری آنها سریع و قابل مشاهده فوری است اما عوارض ناشی از بیماریهای مزمن مثل بیماریهای قلبی عروقی برای بیمار و جامعه، ماندگارتر، ناتوان کننده تر و پرهزینه تر بودن، در همان حال قابل پیشگیری می باشند. امکان ایجاد بیماریهای قلبی عروقی بعد از سن ۴۰ سالگی در مردان ۵۰٪ و در زنان ۴۰٪ است. هرچند بعضی از عوامل ایجاد و پیدایش بیماریهای قلبی عروقی مثل جنس مرد، سن و نژاد و ژنتیک غیر قابل مداخله هستند، اما روشهایی برای کنترل سایر عوامل خطر قابل تغییر و در نتیجه پیشگیری از بیماریهای قلبی عروقی و یا حداقل به تأخیر انداختن بروز آنها وجود دارد.

علل بیماری های قلب و عروق و نیز علائم و نشانه های آن بسته به نوع بیماری متفاوت است.

انواع بیماری های قلبی:



۱ - بیماریهای عروق کرونر قلب :

آترواسکلروز ، تصلب شرائین و آنژین پایدار قلبی بیماری های حاد شریان کرونر قلب: آنژین ناپایدار و انفارکتوس حاد میوکارد (سکته قلبی)

۲ - بیماریهای عضله قلبی:

نارسائی قلبی حاد و مزمن

میوکاردیت حاد قلب

کاردیومیوپاتی های مزمن قلبی: کاردیومیوپاتی دیلاته قلبی ، کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک قلبی ، کاردیومیوپاتی ریستریکتیو قلبی

۳ - بیماری در تولید ضربان و ریتم قلب:

آریتمی ها : تپش قلب - آریتمی های دهلیزی - بلوک قلبی- تاکی کاردی حمله ای - ضربان زودرس دهلیزی - آریتمی فیبریلاسیون دهلیزی

۴ - بیماری های درجه های قلب

۵ - آندوکاردیت

۶ - پیریکاردیت

۷ - بیماری عروق بزرگ و اصلی قلب:

بیماری های آنورت

۸ - بیماری های عروق محیطی قلب:

۹ - بیماری های قلبی ثانویه

۱۰ - بیماری های مادرزادی قلب

۱۱ - فشار خون بالا

۱۲ - ایست ناگهانی قلب

مرگ ناگهانی قلب به مرگ ناگهانی ناشی از بیماری قلبی در فرد سالم یا بیماری که انتظار مرگ قریب الوقوع در او نمی رفت اطلاق می شود.می تواند بعلت سکته وسیع قلبی یا آریتمی قلبی و .. رخ دهد.

عوامل خطر قابل تعدیل

مصرف دخانیات: شانس بروز بیماری عروق قلبی در سیگاریها ۲ تا ۴ برابر غیر سیگاریها است.

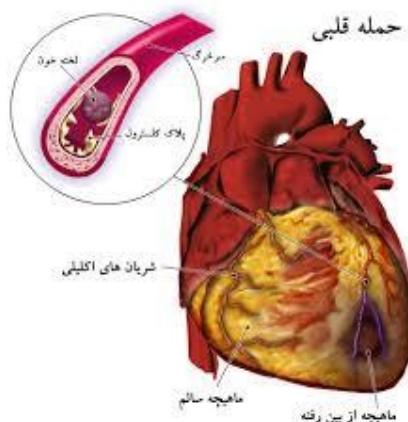
بالا بودن کلسترول خون: هر چه میزان کلسترول خون بالاتر رود میزان بروز بیماری کرونر قلب افزایش می یابد. اگر عامل خطر دیگر همچون مصرف دخانیات و پرفشاری خون نیز وجود داشته باشد، این خطر بیشتر افزایش می یابد.

پرفشاری خون: فشار خون بالا میزان بار قلب را افزایش و از این طریق موجب ضخیم شدن و سخت شدن قلب می شود. علاوه بر این شانس سکته مغزی ، حمله قلبی ، نارسایی کلیه و نارسایی احتقانی قلب را افزایش می دهد.

کم تحرکی: زندگی بدون فعالیت یک عامل خطر برا بروز بیماری عروق کرونر است

چاقی و اضافه وزن: کسانی که چربی اضافه بخصوص در ناحیه شکمی دارند بیش از دیگران به بیماریهای قلبی دچار می شوند.

دیابت: دیابت بطور جدی شانس بروز بیماریهای قلبی عروقی را افزایش می دهد.



دیگر عوامل خطر

پاسخ افراد به استرس های روزمره نیز می تواند در ایجاد بیماری قلبی سهم داشته باشد. بطور مثال بعضی از افراد در اثر استرسهای روزمره به مصرف دخانیات روی آورده یا بیش

دانشگاه علوم پزشکی تبریز



دفتر پرستاری مرکز آموزشی و درمانی امام رضا (ع) تبریز



بیماریهای قلبی

تهیه کننده:

سهیلا فیلی اسکوئی

مسئول آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

دی ماه 1395

(4) در معرض سرما قرار نگیرد.

در صورتی که مددجو دچار فشار خون بالا باشد نکات زیر را رعایت کند:

1) از مصرف غذاهایی که کنسرو شده، گوشت خشک، و غذاهایی که چربی بالایی دارد پرهیز شود.

2) بیمار باید کشیدن سیگار را متوقف کند.

3) بیمار باید مصرف کافئین را کاهش دهد.

4) در صورتیکه بیمار چاق است باید وزن خود را کاهش دهد.

5) غذاهای سرخ شده کمتر مورد استفاده قرار گیرد.

توصیه می شود در صورت بروز علائم زیر حتما پزشک مراجعه کند:

1) احساس فشار یابد جلو قفسه سینه ای که به مدت 15 دقیقه بعد از مصرف قرص زیر زبانی نیترو گلیسرین برطرف نشود

2) تنگی نفس.

3) تاکیکاردی یا برادیکاردی (ضربان قلب تند یا کند)

4) تورم در مچ پا یا بالاتر

با آرزوی سلامتی برای شما بیماران و همراهان محترم

منبع: برونر - سودارث

سایت: imamreza.tbzmed.ac.ir

از حد غذا می خورند و بدین صورت خود را در معرض عوامل خطر ثابت شده بیماریهای قلبی عروقی قرار می دهند. مصرف الکل: نوشیدن زیاد نوشابه های الکلی منجر به افزایش فشار خون و بروز بیماری نارسایی احتقانی قلب می شود.

کیفیت درد قلبی

معمولا درد قلبی در افراد به صورت درد مبهم یا احساس فشار، سنگینی، سفتی، فشردگی یا خفگی بیان می شود تا درد واضح و اغلب بصورت احساس ناراحتی است تا درد. و در صورت شدید بودن بیمار درد را بصورت خرد کننده، فشارنده و له کننده توصیف می کند که نفس فرد را تنگ کرده و او را از ادامه فعالیت باز می دارد.

مدت این دردها نیز از 5 دقیقه تا 30 دقیقه متغیر است. در صورتیکه درد قلبی از نیم ساعت بیشتر به طول بینجامد احتمال سکته قلبی در فرد مبتلا به شدت افزایش می یابد.



آموزش های لازم

نکات مهمی که مددجو پس از ترخیص باید رعایت کند:

1) از فعالیتهایی که باعث درد قفسه سینه، خستگی، تنگی نفس می شود خودداری کند.

2) از کشیدن سیگار خودداری کند.

3) در محیط هایی که استرس و اضطراب زیاد است قرار نگیرد.