

تعریف آنژین صدری:

به درد جلوی قلب گفته می شود که ناشی از خونرسانی ناکافی به بافت قلب می باش، که انتشار درد به دستها (راست و چپ) و گردن وجود دارد. این درد با عرق سرد و حالت تهوع همراه است. نکته مهم در مورد درد مذکور این است که در هنگام فعالیت بوجود آمده و پس از چند لحظه استراحت برطرف می شوند و مجدد با از سرگرفتن فعالیت علائم بر می گردند.

عوامل شروع کننده درد: فعالیت (راه رفتن و بالا رفتن از پله) اضطراب، تماس با هوای سرد، خوردن غذای زیاد و سنگین، تماس با هوای خیلی گرم، سیگار، قرار گرفتن در محیط های شلوغ و پراسترس، یبوست، حمام طولانی.

تظاهرات بالینی: مهمترین علامت آنژین، درد پقفسه سینه در ناحیه جلو قلبی و پشت استخوان جناغ می باشد، این درد گاهی به دست چپ و راست، گردن، فک تحتانی و پشت منتشر می شود. درد دارای شدت خفیف تا متوسط می باشد، مدت درد کمتر از ۵ دقیقه می باشد و در آنژین با تجویز قرص زیرزبانی، استراحت، اکسیژن و در مواردی با تنفس عمیق تخفیف می یابد.

سایر علائم همراه با درد: تنگی نفس، رنگ پریدگیف تعریق، طپش قلب، غش، سرگیجه و اختلالات هاضمه می باشد.

لازم به ذکر است که در افراد دیابتی و سالمند بعلت تغییر در گیرنده های عصبی، حسی درد وجود ندارد و به صورت غش ضعف و تنگی نفس بیشتر دیده می شود.

تشخیص: شامل نوار قلب، تست ورزش، اسکن قلب و آنژیوگرافی عروق قلب می باشد.

درمان: جهت جلوگیری از حملات بعدی و پیشگیری از بروز سکتة قلبی صورت می گیرد که به صورت درمان دارویی و درمان جراحی شامل گذاشتن استنت و پیوند عروق قلب می باشد.

کنترل عوامل خطر ساز:

کنترل فشار خون، کنترل قندخون، کنترل و درمان گلودرد چرکی، کنترل وزن و جلوگیری از چاقی، عدم مصرف دخانیات، کنترل چربی خون (استفاده از روغن گیاهی و مایع)، جلوگیری از فشارهای روانی، ورزش کردن (عدم فعالیت کم بدنی قبل از بیماری)

آموزش بعد از ترخیص به بیماران قلبی:

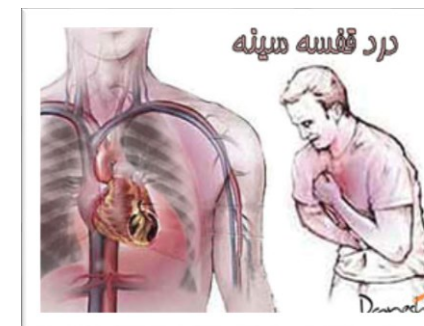
- ۱- فعالیت های روزانه خود را تعدیل کنید.
- برنامه و میزان فعالیت روزانه در حدی باشد که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس و خستگی نشود.
- اگر علائم آنژین صدری در ابتدای صبح بروز می کند صبح زودتر از خواب بیدار شوید.
- ریش تراس، حمام کردن و لباس پوشیدن را با سرعت کمتری انجام دهید، مدت حمام کردن کوتاه باشد.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر ارسنجان

آنژین صدری



نویسنده مدرک	نرجس آخوندی زاده / کارشناس پرستاری
تایید کننده علمی	دکتر پناهی / متخصص داخلی
تاریخ تهیه	بهار ۱۴۰۲
منبع	کتاب پرستاری برونر سوارث
کد سند	Pa-B1-1/01

- بین کار و فعالیت در فواصل مناسب استراحت کنید، دوره های مختصر استراحت در طول روز داشته باشید، زود بخوابید و زمان استراحت شما طولانی تر و مکرر باشد.

- از انجام فعالیت هایی که به تلاش زیاد احتیاج دارند و ورزشهای ناگهانی خودداری شود.

- بهتر از بجای پله از آسانسور استفاده کنید.

۲- از نظر تغذیه توجه به موارد زیر ضروری است:

اگر افزایش وزن دارید باید وزن خود را کم کنید، کمتر غذا بخورید، از رژیم غذایی چرکالری و غنی از کلسترول پرهیز نمائید.

- از پرخوری پرهیز نمائید و از مصرف زیاد کافئین (قهوه) خودداری نمائید.

- از مصرف غذاهای نفاخ پرهیز نمائید، بعد از صرف غذا مدت کوتاهی استراحت نمائید و تا ۲ ساعت از فعالیت بدنی خودداری کنید.

- از رژیم غذایی پرفیبر استفاده کنید که نه تنها از یبوست و سایر ناراحتیهای روده کوچک جلوگیری می کند، بلکه تعداد و شدت حملات آنژین صدری را کاهش می دهد.

- استعمال دخانیات را متوقف کنید، همچنین از بودن با فردی که سیگار می کشد در یک اتاق پُر از دود به منظور کاهش خطر بروز حملات آنژین صدری خودداری کنید.

- داروهای تجویز شده راحتی اگر هیچ علامت بالینی نداشته باشید حتماً مصرف کنید، از مصرف خودسرانه داروهای بدون نسخه پزشک خودداری کنید.

- از بروز با وضعیتهای پراسترس اجتناب کنید، از عجله کردن در انجام کارها خودداری کنید، کارهای خود را بدون استرس و فشار طبق برنامه انجام دهید.

- حتی الامکان از تماس با آب و هوای سرد خودداری کنید و به نکات زیر توجه نمائید.

۱. برای گرم کردن هوا در آب و هوای بسیار سرد، با شال گردن روی دهان و بینی را بپوشانید.
۲. در مقابل باد حرکت نکنید و در هوای سرد آهسته تر راه بروید.
۳. در زمستان لباس گرمتری بپوشید، خصوصاً سالمندان که بعلت کاهش ضخامت چربی زیرپوستی به سرما حساسترند.

- قرص زیرزبانی نیتروگلیسرین را در جیب خود همیشه همراه داشته باشید و نکات زیر را رعایت فرمائید.

۱. افراد خانواده باید محل نگه داری قرص را بدانند.
۲. همیشه از قرص زیرزبانی (TNG) تازه استفاده کنید زیرا این قرص در عرض ۳-۶ ماه اثر خود را از دست می دهد، قرص در شیشه تیره رنگ با درب بسته (چون هوا باعث بی اثر شدن آن می شود) و در جای سرد و خشک نگهداری شود، ظرف

قرص خیلی نزدیک به بدن نباشد زیرا دمای بدن باعث بی اثر شدن آن می شود.

- اگر قرص تازه باشد بعد از قرار گرفتن در زیر زبان، احساس سوزش در زیر زبان می کند.

- قبل از فعالیت های مشخص مانند بالا رفتن از پله ها و فعالیت جنسی که می تواند سبب درد آنژین صدری شود قرص نیتروگلیسرین (TNG) برای پیشگیری از حمله درد آنژین صدری استفاده شود.

در صورت بروز حمله درد آنژین به ترتیب زیر اقدام نمائید:

۱. کلیه فعالیتهای خود را متوقف نموده و بنشینید، قرص TNG را سریعاً زیر زبان قرار داده و تا قطع کامل درد استراحت کنید.
۲. برای تسریع در شروع اثر درد موارد درد شدید، می توانید قرص را زیر دندان خرد کنید، از بلع بزاق باید خودداری کنید، در صورت امکان برای جلوگیری از کاهش فشارخون وضعیتی (فشار خونی که در نتیجه حرکت کاهش می یابد) دراز بکشید.
۳. در موقع درد می توانید تا سه عدد قرص به فاصله ۵ دقیقه به صورت زیر زبانی مصرف کنید، در صورت عدم بهبودی بعد از مصرف قرص سوم یا شدیدتر شدن درد و انتشار آن به سایر نقاط بدن سریعاً به نزدیکترین مرکز اورژانس مراجعه کنید.