



## مشخصات درد آثرینی

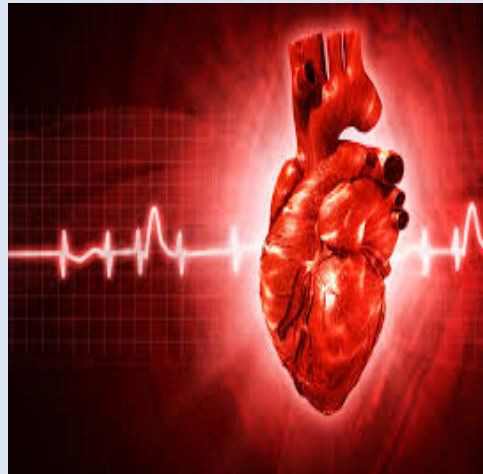
### چیست؟

❖ دردی است که در جلو و عمق قفسه سینه و پشت استخوان جناغ احساس میشود و نمیتوان برای نشان دادن محل آن دست روی نقطه خاصی گذاشت.

❖ شروع درد همراه با فعالیت شدید بدنی (نظیر بالا و پایین رفتن از پله ها ، بلند کردن جسم سنگین ، پارو کردن و ...) یا تماس با سرما ، خوردن غذای سنگین ، استرس ، اضطراب و عصبانیت است.

❖ درد به صورت له کننده، فشارنده، سوزاننده است، برنده و تیز نیست . از نظر اغلب افراد شدت آن به حدی است که قبلاً مانند آن را تجربه نکرده اند .

❖ غالباً در فقط محدود به منطقه قلب نیست و به گردن ، فک ، شانه ها ، بازوها ، مچ دست ، انگشتان چهاروم و پنجم دست ( به خصوص دسته چپ ) تیر میکشد ، ولی با استراحت و یا مصرف قرص زیر زبانی بهبود می یابد .



## آثرین صدري چیست؟

عضله قلب نیز مانند سایر نقاط بدن برای سالم ماندن و انجام هر چه بهتر عملکرد خود نیازمند خونرسانی برای دریافت غذا و اکسیژن است. این عمل توسط شریانهای قلبی (کرونی) انجام میشود.

اگر به هر دلیلی مثل چربی خون بالا ، سخت شدن دیواره رگها، سابقه خانوادگی بیماری قلبی ، فشار خون بالا و قند خون بالای کنترل نشده و ... مسیر رگها مسدود شود، خونرسانی به عضله قلب کم شده ، غذا و اکسیژن کافی به آن نمیرسد و فرد دچار درد قلبی میشود.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
کد :QM.SH.PA.31	
عنوان	آنژین صدري
تهیه کننده	رحیمه محمدی
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
منابع	برونر و سودارث
سال تهیه	۱۳۹۹ آذر بازنگری : ۱۴۰۲
ناظر کیفی	دکتر شقایق چشم خروشان (متخصص قلب) مهدیه ابادری (سوپروایزر آموزشی)





## به بیمارانی که قرص نیتروگلیسرین مصرف میکنند موارد زیر را آموزش دهید :

- بیمار در تمامی اوقات قرص نیتروگلیسرین را همراه داشته باشد .
- همیشه از قرص تازه استفاده شود زیرا در عرض سه تا شش ماه اثر خود را از دست میدهد و همیشه در شیشه ی تیره رنگ با درب بسته نگهداری شود . ظرف قرص را خیلی به بدن نزدیک نکنید زیرا دمای بدن باعث بی اثر شدن ان میشود .
- اگر قرص تازه باشد بعد از قرار گرفتن زیرزبان احساس سوزش زیر زبان ایجاد میکند .

## با آرزوی سلامتی روز افزون

اکو ، تست ورزش و ...درمان دارویی مناسب را برایتان در نظر بگیرد .

➤ به یاد داشته باشید که داروی شما مخصوص خود شما است ، هرگز ان ها را به دوستان و آشنایان که بیماری مشابه ای دارند ، توصیه نکنید .

➤ به طور منظم به پزشک مراجعه کنید و هیچ وقت داروهایتان ها را خود سرانه قطع یا کم و زیاد نکنید . میزان فعالیت روزانه در حدی باشد که باعث درد قفسه سینه و تنگی نفس و خستگی نشود .

➤ استعمال دخانیات را قطع کنید.

➤ به مددجو تاکید کنید که داروهای تجویز شده را حتی اگر هیچ علامتی نداشته باشد مصرف کند .

➤ از برخورد با وضعیت های پر استرس اجتناب کنید و در مواقع عصبانیت از تکنیک های آرام سازی استفاده کند .

➤ حتی الامکان از برخورد با آب و هوای سرد خوداری کند و به نکات زیر توجه کند :

➤ برای گرم کردن هوا در آب و هوای بسیار سرد با شال گردن روی دهان و بینی را بپوشاند .

➤ در مقابل باد حرکت نکند و در هوای سرد اهسته حرکت کند .

❖ **مدت زمان درد نهایتا ۳ تا ۵ دقیقه می باشد.**

❖ علاوه بر درد ممکن است علائمی مانند سختی در نفس کشیدن ، کوتاهی نفس ، رنگ پریدگی ، عرق سرد ، گیجی ، طپش قلب، تهوع ، استفراغ، اضطراب، سواضمه تا احساس خفگی شدید نیز وجود داشته باشد .

## نکات مهم :

✓ در افراد دیابتی ممکن است به دلیل درگیری گیرنده های عصبی احساس درد کاهش یابد .

✓ ضمنا در سالمندان نیز اکثرا حمله آنژین صدری بدون درد و همراه با ضعف و بی حالی بروز میکند

## پیشگیری و درمان:

➤ اگر در خانواده خود افراد مبتلا به بیماری قلبی -عروقی و دیابتی دارید ، شما در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به این بیماری ها هستید .بنابراین باید به طور منظم جهت چکاپ و کنترل قند خون ، آزمایشات قلبی و کنترل فشار خون مراجعه نمایید .

➤ اگر شما مبتلا به یکی از بیماری های قلبی -عروقی مانند آنژین صدری هستید ، حتما تحت نظر پزشک متخصص باشید تا بعد از انجام آزمایشات و اقدامات لازم مانند نوار قلب ،