



درد قفسه سینه یا آنژین صدری



تهیه کننده : الهام انصاری (کارشناس پرستاری)
تاییدکنندگان :

سمیه قربانی (مدیر پرستاری)
خدیجه عباسی (سوپروایزر آموزشی)
رقیه بهزادی (سوپروایزر آموزش سلامت)
تایید کننده نهایی: دکتر زارع پور (متخصص داخلی)

منبع: برونر سودارث قلب و عروق 2018

بازنگری : دی ماه 1403

• مصرف الکل را قطع کند.

• روزانه فشار خون خود را چک کند..

• قبل از فعالیت هایی که سبب درد آنژین می شود مانند بالا رفتن از پله برای جلوگیری از درد از قرص نیتروگلیسرین استفاده کند.

• استعمال دخانیات را کم کند.

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

• از برخورد با وضعیت های پر استرس اجتناب کند.

• نباید مصرف داروهای قلبی مخصوصا ترکیبات نیترات را به صورت ناگهانی قطع کرد.



• مددجویانی که افزایش وزن دارند باید وزن خود را کم کنند.

• از رژیم غذایی پرفیبر استفاده شود . که نه تنها از یبوست (زور زدن) جلوگیری می کند، بلکه تعداد و شدت حملات را کاهش می دهد.

• در مقابل باد حرکت نکند و در هوای سرد آهسته حرکت کند.

• همیشه قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین به همراه داشته باشد. قرص تازه استفاده کند زیرا در اثر گرما، رطوبت هوا و با گذشت زمان اثر دارویی خود را از دست می دهد. پس هر شش ماه یکبار باید این قرص ها را تجدید کند. **ظرف** قرص را خیلی به بدن نزدیک نکند، زیرا دمای بدن باعث بی اثر شدن آن می شود. اگر قرص تازه باشد بعد از قرار گرفتن زیر زبان احساس سوزش زیر زبان ایجاد می کند.



آنژین صدری یا درد قفسه سینه :

به درد جلو قفسه سینه که این درد قابلیت انتشار به دست ها و نواحی شانه، گردن، فک تحتانی و یا پشت بیمار دارد و گاهی با ناراحتی های گوارشی مانند درد معده و حالت تهوع همراه می باشد، میگویند. این علائم به علت نرسیدن خون و اکسیژن کافی به سلول های قلب ایجاد می شوند.

عوامل موثر در ایجاد آنژین صدری:

- فشارخون بالا
- چربی خون بالا
- دیابت
- غذاهای پر چرب
- سیگار کشیدن
- سابقه خانوادگی بیماریهای قلبی
- اضافه وزن
- بی نظمی ضربان قلب
- مشکلات دریچه ای قلب

عوامل شروع کننده درد قفسه سینه :

فعالیت های جسمی شدید، مصرف غذای سنگین و چرب، قرارگرفتن در معرض هوای سرد و فشارهای روحی روانی



علائم:

مهم ترین علامت آنژین صدری درد قفسه سینه در جلو قلب می باشد که گاهی این درد به دست چپ و راست، گردن، فک تحتانی و پشت سر منتشر می شود. این درد با حالت سنگینی، فشار و گرفتگی در قفسه سینه همراه است و با استراحت و قرص نیتروگلیسرین زیر زبانی ساکت می شود.

علائم دیگر شامل تهوع، اضطراب، پوست سرد و مرطوب، رنگ پریدگی، افزایش ضربان قلب، تنگی تنفس، عرق سرد و بی قراری ست.



که لازم
در
درد

اقداماتی
است
شروع

قفسه سینه انجام گردد:

- استراحت کامل از زمانی که درد قفسه سینه شروع میشود.
- استفاده از داروی نیتروگلیسرین زیر زبانی که باعث افزایش خون رسانی به قلب می شود.

روش استفاده از قرص زیر زبانی :

- بیمار باید در هنگام درد قفسه سینه نشسته یا دراز بکشد و قرص زیر زبانی را زیر زبان قرار دهد زیرا در وضعیت ایستاده باعث کاهش فشار خون می شود.

- قرص باید به صورت طبیعی حل شود و بلعیده نشود. بیماری که دهانش خشک است قبل از مصرف قرص کمی آب بنوشد.

- قبل از حل شدن قرص های زیر زبانی زبان را حرکت نداده و آب دهان را فرو برده نشود. اگر درد بیمار شدید است قرص ها را با دندان سوراخ شود تا جذب دهانی سریع تر شود. ولی آب دهان فرو برده نشود.

- در صورتی که پس از مصرف یک قرص، درد کاهش نیافت به فاصله هر پنج دقیقه تا سه قرص استفاده گردد. نباید بیش از سه قرص در مدت 15 دقیقه استفاده کرد. بعد از استفاده از قرص 20-15 دقیقه جهت پیشگیری از سرگیجه یا غش استراحت کند. مخصوصا اگر سردرد دارد.

- در صورت عدم بهبودی سریع با اورژانس 115 تماس بگیرد یا به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نماید.

عوارض قرص های زیر زبانی:

گرگرفتگی، سردرد، کاهش فشارخون، تپش قلب و احساس سنگینی سر

آموزش به بیمار بعد از ترخیص :

- میزان فعالیت های روزانه در حدی باشد که باعث درد قفسه سینه و تنگی نفس و خستگی نشود.
- بین کار و فعالیت در فواصل مناسب استراحت کند.
- بهتر است به جای پله از آسانسور استفاده کند.
- از پر خوری پرهیز نماید.
- از مصرف مواد کافئین دار خودداری گردد.