



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی خراسان شمالی

بیمارستان جواد الائمه (ع) جاجرم

ریتم های نامنظم قلبی



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت ۱۴۰۲

سایر توصیه ها :

تغذیه :

از مصرف غذاهای سرخ کرده، پرچرب و روغن های جامد خودداری کنید .

مصرف سبزیجات و میوه های تازه برای شما مفید است .

در هفته حداقل یکبار گوشت سفید ماهی ترجیحا ماهی سالمون و قزل الا مصرف کنید .

گوشت سفید مرغ پوست کنده را در برنامه غذایی خود قرار دهید .

از مصرف دخانیات، سیگار و کافئین و ... خودداری کنید .

مصرف نمک را از به حداقل ممکن برسانید نمک سفره را حذف کنید .

تخم مرغ به صورت آب پز هفته سه تا چهار عدد می توانید مصرف کنید .

در صورت دیابت رژیم غذایی دیابتی و کم چرب را حتما رعایت کنید .

مصرف مواد غذایی حاوی پتاسیم مثل موز، گیلان، خرما و ... را در برنامه غذایی خود قرار دهید .

چه زمان به پزشک معالج مراجعه کنید؟

در صورت درد قفسه سینه و تنگی نفس

بروز تعریق و طپش قلب

بروز سبکی سر و گیجی

کبودی و خونریزی های زیر پوستی (اکیموز)

اختلالات گوارشی مثل یبوست، خونریزی معده و خون در مدفوع



فیبریلاسیون دهلیزی چگونه درمان می شود؟

برای درمان فیبریلاسیون دهلیزی روش های مختلفی وجود دارد. اما درمان مناسب به وضعیت بیمار، نشانه های بیماری، تاریخچه پزشکی و تشخیص قطعی بیمار بستگی دارد.

دادن شوک الکتریکی به قلب شما و دارو درمانی از راه های درمان فیبریلاسیون دهلیزی است.

توجه به چه نکاتی در ادامه درمان مفید است؟

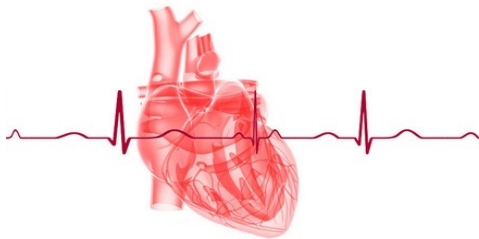
بنا به دستور پزشک معالج، انجام آزمایش خون از نظر PT/INR/PTT که نشان دهنده میزان رقیق شدن خون شما است.

در صورت تجویز قرص وارفارین توسط پزشک دقت لازم در مصرف آن بایستی داشته باشید.

مراقبت های حین و از ترخیص:

فعالیت فیزیکی: در ابتدای بستری از هر گونه فعالیت فیزیکی که باعث درد قفسه سینه و تنگی نفس می شود اجتناب کنید.

پس از ۱۲ تا ۲۴ ساعت می توانید در کنار تخت بنشینید. از روز دوم یا سوم می توانید در اتاق راه بروید.



حمله قلبی یا آسیب به قسمتی از عضله قلب در اثر حمله قلبی در گذشته، مشکلات مادرزادی قلبی که از زمان تولد وجود داشته است

نارسایی قلبی یا بزرگ شدن قلب

پرکاری غده تیروئید

مصرف بعضی داروها، الکل و سیگار کشیدن

فیبریلاسیون دهلیزی چه علائمی در شما ایجاد می کند؟

ممکن است شما متوجه نامنظم بودن ضربان قلب خود نشوید. اما در بعضی موارد علائم ناگهان شروع شده یا ناگهان قطع می شود.

این حالت به این خاطر است که فیبریلاسیون دهلیزی خودبخود شروع شده و خودبه خود قطع می شود.

این علائم شامل:

ضربان سریع یا نامنظم

طپش قلب

سرگیجه

عش کردن

احساس خستگی مفرط

تنگی نفس

پزشک معالج چگونه این مشکل قلبی شما را تشخیص می دهد؟

ممکن است پزشک با شنیدن صداهای قلب شما به ضربان های نامنظم پی ببرد. نبض شما ممکن است سریع و نامنظم باشد. تعداد ضربان قلب به طور طبیعی بین ۶۰ تا ۱۰۰ ضربه در دقیقه است. ممکن است فشار خون شما طبیعی یا پایین تر از حد طبیعی باشد.

نوار قلب که فعالیت الکتریکی قلب شما را ثبت میکند. می تواند نشان دهنده مشکلات قلبی مانند ریتم های نامنظم قلبی باشد.

ممکن است برای تشخیص این بیماری آزمایشات یا اقدامات دیگری هم انجام شود. مانند اکو کاردیو گرافی.

نوار قلب: تست ساده بدون درد که فعالیت الکتریکی قلب را ثبت می کند و نشان دهنده اختلالات تمام بخش های قلب است.

اکوکاردیو گرافی: استفاده از امواج صوتی برای ایجاد تصویری از قلب است. این تصویر اندازه و شکل قلب را به پزشک نشان میدهد. و عملکرد بخش ها و دریچه های قلب را بررسی میکند.

منظور از نامنظم بودن ریتم قلبی، اختلال تعداد ضربان قلب و نظم این ضربه ها است. قلب می تواند به طور منظم خیلی سریع یا خیلی آهسته بتپد. نامنظم بودن ریتم قلبی می تواند بی خطر باشد. یا علامت یک بیماری خطرناک قلبی باشد. همچنین نامنظم بودن ضربان قلب می تواند شرایط خطرناکی برای شما باشد.

در موارد نامنظمی ریتم های قلبی، فیبریلاسیون قلبی شایع ترین ریتم است. فیبریلاسیون به معنی لرزیدن است. در شرایط طبیعی همه ی سلول های دهلیزی همزمان با هم منقبض می شوند و این حالت منجر به خروج خون از دهلیز های قلبی می شود. در این حالت سول های دهلیز به صورت نامنظم و نابجا و جداگانه منقبض می شوند. و منجر به ایجاد لرزیدن در دهلیز می شود. در این حالت خروج خون از دهلیز دچار مشکل می شود، این شرایط خطر سکتة مغزی را افزایش می دهد.

میزان بروز فیبریلاسیون دهلیزی با افزایش سن، بیشتر می شود. شایع ترین علت فیبریلاسیون دهلیزی: افزایش فشار خون و بیشترین احتمال بروز این آریتمی در بیماران با تنگی دریچه قلب می باشد.



نامنظم شدن ریتم های قلبی به چه علت ایجاد می شود؟

بعضی از شرایط که می تواند منجر به ایجاد ریتم های نامنظم قلبی مثل فیبریلاسیون شوند شامل موارد زیر است:

مقادیر نامناسب پتاسیم در بدن (پتاسیم یون بسیار مهمی در قلب است)