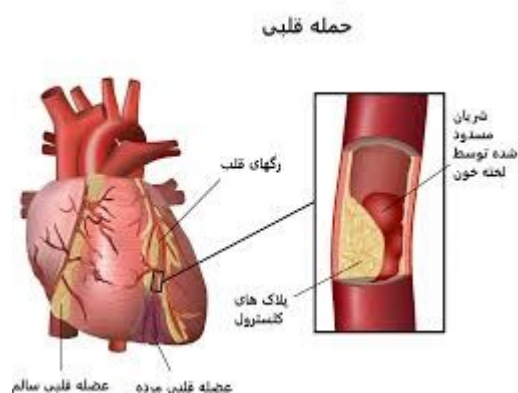




## حمله قلبی



واحد آموزش بیمارستان آموزشی پژوهشی درمانی امام خمینی (ره) شیراز

امام خمینی (ره) شیراز

پاییز ۱۴۰۱

کد سند: p-mn-034

- چاقی عامل خطر شماره ۱ برای دیابت نوع ۲ است.
- ترک سیگار ظرف چند سال خطر پیشرفت بیماری را کاهش میدهد.
- شیوه زندگی سالم:
- 30 دقیقه ورزش روزانه
- خوردن روزانه طیف متنوعی از سبزی و میوه
- خوردن منظم ماهی
- عدم مصرف الکل
- حفظ وزن طبیعی
- عدم استعمال دخانیات
- کاهش مواد غذایی حاوی چربی و نمک بالا

با شروع علائم هر چه سریعتر به بیمارستان بروید. زمان بسیار مهم است.

درمان طبی سریع و به موقع می تواند لخته را از بین ببرد و حمله قلبی را پایان دهد.

چربی (کلسترول بالای خون)

دیابت که باعث میشود عروق تخریب شوند؛ کنترل بهتر دیابت پیشرفت بیماری عروق را کند میکند.

چاقی یکی از عوامل اصلی در ایجاد دیابت نوع ۲ است؛ کنترل وزن باعث کاهش دیابت و بیماری قلبی میشود.

سیگار و مواد شیمیایی درون سیگار باعث آسیب به دیواره عروق میشود و فرآیند تنگ شدن را سرعت میدهد. ترک سیگار خطر اضافه را ظرف چند سال کاهش میدهد.

فشار خون بالا میتواند تنش درون عروق و خود قلب را افزایش دهد.

افرادی که سطوح بالاتر کلسترول دارند سریعتر به سمت تنگی عروق پیش میروند.

## نکاتی که باید به یاد داشت:

• همه در معرض خطر حمله قلبی یا سکته مغزی قرار دارند و بعضی بیش از دیگران در معرض این خطرند.

• کاهش خطر یعنی اینکه احتمال پیشرفت تنگ شدن شریان را کاهش دهیم.

• دیابت و کنترل ضعیف قندخون روند تنگ شدن شریانها را سرعت میدهد.

قلب شما یک تلمبه است. قلب از خونی که پمپ می کند انرژی اکسیژن و مواد غذایی نمی گیرد، بلکه عروق کوچکی که روی سطح خارجی قلب هستند اکسیژن و مواد مغذی را به عضله قلب تحویل میدهند که به آنها عروق کرونر می گویند.

این عروق کوچک ممکن است در نتیجه رسوب کلسترول در دیواره شان و واکنش دیواره به این رسوب چربی به تدریج تنگ شوند. تا هنگامی که قطر مجرا بیش از ۵۰ درصد قطر اصلی آن بماند هیچ مشکلی حس نمیشود. هنگامی که تنگی از این حد فراتر رود ممکن است جریان خونی که به عضلات میرسد را کم کند. اگر تنگی پیشرفت کند ممکن است اکسیژن کافی به عضله قلب نرسد و درد آنژین را هنگامی که کار بیش تری از قلب تان میخواهید، تجربه کنید. کیفیت این درد ممکن است، سنگینی، فشار، سوزش یا ناراحتی مبهم باشد. این درد ممکن است در سینه، دستها، گردن یا حتی در پشت و بالای شکم حس شود و ممکن است با توقف کاری که باعث درد شده و نشستن از بین برود. گاهی این علائم ممکن است در هنگام استراحت رخ دهد یا حتی شما را از خواب بیدار کند.

بیماری قلبی میتواند در اشکال گوناگون بروز کند. حمله قلبی زمانی رخ میدهد که یکی از این تنگیها ناگهان تغییر کند.

کانونهای رسوب چربی در دیواره رگ می توانند همانند آتشفشان عمل کنند و ناگهان پاره شوند و باعث شوند لخته ای در طول شریان ایجاد گردد که گذر خون را کاملا بند آورد. هنگامی که خون به عضله هایی که از این رگ تغذیه میشده نرسد، عضله کم کم میمیرد. اگر این انسداد در شاخ های بزرگ از رگهای قلب باشد باعث حمله قلبی بزرگی میگردد. اگر در شاخه ای کوچکتر باشد احتمالا عضله کم تری از دست می رود. هنگامی که عضله قلب میمیرد دیگر جایگزین نمیشود.

هر چند بهتر است از حمله قلبی پیشگیری کنیم اما اگر بیمار به موقع به بیمارستان بیاید میتوانیم حمله قلبی را درمان کنیم و هر چه زودتر بیاید بهتر است. به یاد داشته باشید با هر دقیقه که میگذرد بعضی از رشته های عضله قلب میمیرند زیرا اکسیژن به آن ها نمیرسد. در بیمارستان داروهای اختصاصی تجویز میشود که لخته را حل و جریان خون را دوباره برقرار میکند.

اگر ظرف ۴ تا ۶ ساعت از زمان شروع علائم درمان صورت گیرد میزان نهایی تخریب به حداقل میرسد پس تسریع در درمان فوق العاده مهم است.

شناسایی بیماری قلبی از طریق گرفتن شرح حال، گرفتن نوار قلب، آزمایش خون، تست ورزش (تست استرس) است. آنژیوگرافی آزمون نهایی برای بررسی تنگی هاست. در آنژیوگرافی، ماده ای رنگی به داخل عروق قلبی تزریق میگردد که با اشعه ایکس شناسایی میگردد. تصویری که آنژیوگرافی فراهم میکند به متخصص قلب و جراح قلب کمک میکند تصمیم بگیرند که آیا بیمار از گشاد کردن قلب با بالون بیش تر سود خواهد برد (آنژیوپلاستی) یا به جراحی ایجاد مسیر جایگزین (با ی پس) نیاز دارد.

متأسفانه، حتی کسانی که در معرض خطر پایین قرار دارند میتوانند به حمله قلبی یا سکته مغزی دچار شوند و بنابراین همه باید آماده باشند که اگر علامتی پیدا کردند به سرعت کمک بخواهند. عده ای از ما با خطر بیشتری در مقایسه با دیگران روبه رو هستیم.

عوامل خطر که باعث تنگی شریانها و ایجاد علائم می شوند عبارتند از: