

## سندرم کرونری حاد ( ACS )

به هر وضعیتی که بصورت ناگهانی منجر به کاهش جریان خون به قلب شود، سندرم کرونری حاد اطلاق میگردد. علائم میتواند در بر گیرنده نوعی احساس فشار و سنگینی در قفسه سینه که در هنگام حمله قلبی رخ میدهد تا احساس سنگینی و فشار قفسه سینه که در حالت استراحت و یا هنگام فعالیت سبک ، هم وجود دارد ، باشد. اولین علامت سندرم کرونری حاد حتی میتواند توقف ناگهانی قلب باشد.

این سندرم اگر به موقع تشخیص داده شود ، قابل درمان است و بسته به وضعیت سلامت عمومی بیمار و علائمی که بروز می یابد ، درمانهای متفاوتی خواهد داشت.

عموما علائم و نشانه های سندرم کرونری حاد شبیه یک حمله قلبی است و در صورتی که به سرعت درمان نشود ، حمله قلبی رخ خواهد داد. بنابراین یک وضعیت اورژانس محسوب میشود و از آنجا که می تواند تهدید کننده حیات باشد ، علائم آن باید جدی گرفته شوند.

### علائم هشدار دهنده :

- احساس درد ، فشار ، سنگینی یا سوزش در قفسه سینه ( **درد قفسه سینه پایدار** : قابل پیشبینی است مثلا با راه رفتن تند ، ممکن است فرد دچار دردی در سینه شود که به محض استراحت از بین میرود . **درد قفسه سینه ناپایدار** : قابل پیشبینی نبوده و در حال استراحت هم ممکن است بوجود بیاید . این درد میتواند شدیدتر از نوع پایدار باشد )

- تهوع و استفراغ

- تنگی نفس

- تعریق زیاد و ناگهانی

- احساس سبکی سر

ممکن است علائم و نشانه های حمله قلبی با توجه به سن – جنس – بیماریهای زمینه ای مانند دیابت و ... متفاوت باشد. که عبارتند از :

- درد شکم

- سوزش سر دل

- سردرد گیجی و غش کردن

- ضعف و بیحالی غیر معمول

- احساس بی قراری

- پوست مرطوب

### عوامل خطر در سندرم کرونری حاد:

- سن بالای ۴۵ برای مردان و بالای ۵۵ برای زنان
- فشارخون بالا
- کلسترول ( چربی خون بالا )
- کم تحرکی
- سیگار کشیدن
- دیابت نوع ۲
- سابقه فامیلی
- سابقه فشار خون و دیابت در دوران بارداری

### تشخیص

- بیماری با استفاده از روش‌های زیر تشخیص داده می‌شود:
- گرفتن تاریخچه بیماری
- نوار قلب
- انجام اکوی قلبی
- انجام تست های آزمایشگاهی ( آزمایشات خون)

### اقدامات درمانی

هدف از درمان به حداقل رساندن آسیب عضله قلب، حفظ عملکرد آن و پیشگیری از عوارض است به این منظور اقدامات زیر انجام می‌شود:

-توصیه به استراحت در بستر ( حداقل ۱۲ تا ۲۴ ساعت) در حالتی که سر تخت بالا آورده شده است.

-تجویز اکسیژن

-تجویز داروها:

-آسپرین

-نیتروگلیسرین

-داروهایی مانند کاپتوپریل ( برای پایین آوردن فشار خون و کاهش نیاز قلب به اکسیژن)

-مورفین ( برای کاهش درد، اضطراب و کار قلب)

-داروهای ضد انعقاد مانند هپارین

-دارو های حل کننده لخته ( ترومبولیتیک ها)

-اقدامات فوری برای برطرف کردن انسداد شریان های کرونری نظیر آنژیوپلاستییا قرار دادن استنت برای باز نگه داشتن

شریان

-جراحی



#### آموزشهای حین بستری :

آموزش در رابطه با نوع درد از نظر کیفیت و مدت درد

آموزش در رابطه با مکان دقیق درد

آموزش در رابطه با اقدامات لازم در صورت بروز تهوع و استفراغ

آموزش در رابطه با حفظ خونسردی در مواقع بروز درد در قفسه سینه و یا علائم مربوط به بیماری

آموزش در رابطه با مدیریت عوامل خطر و کاهش خطر

آموزش در رابطه با نوع فعالیت با توجه به نظر پزشک

#### آموزشهای حین ترخیص:

آموزش در رابطه با تغییر در سبک زندگی که منجر به سلامت قلب شده و خطر ابتلا به بیماری های قلبی را کاهش دهد

آموزش در رابطه با حذف سیگار- رژیم غذایی سالم و به دور از مصرف غذاهای فست فود و چربی بالا

آموزش در رابطه با ورزش منظم و فعالیت جسمی برای شروع یک روال سالم و مفید

متعادل کردن وزن

آموزش در رابطه با مدیریت استرسی در مواقع بروز بحران

آموزش در رابطه با زمان مراجعه به پزشک

آموزش در رابطه با مصرف داروهای اورژانسی به هنگام بروز علائم تا رسیدن به درمانگاه یا پزشک

### دستورالعمل مراقبت از خود در منزل

-اهداف فوری در مراقبت از خود بعد از ترخیص شامل موارد زیر است:

-محدود کردن اثرات و پیشرفت آترواسکلروز

-پازگشت به کار و فعالیت قبل از ناخوشی

- پیشگیری از بروز واقعه قلبی در دوران نقاهت و بهبودیه توصیه‌های زیر توجه نمایید:

-از هرگونه فعالیت که باعث درد قفسه سینه، تنگی نفس یا خستگی بی مورد می شود اجتناب کنید.

-از تماس با گرما یا سرمای شدید و راه رفتن در مقابل باد سرد بپرهیزید.

-از افزایش وزن جلوگیری نماید و وزن‌تان را در حد متعادل نگه دارید.

-مصرف سیگار را قطع کنید و از تماس با افراد سیگاری بپرهیزید.

-کمی خستگی در دوران نقاهت طبیعی است در بین فعالیت‌هایتان دوره هایی از استراحت داشته باشید.

-سعی کنید برنامه غذا خوردن تان منظم باشد ( خودداری از خوردن غذای زیاد و خوردن باعجله، و رعایت رژیم غذایی

تجویز شده که معمولاً این رژیم شامل غذاهای کم نمک و کم چربی است.)

-داروهایتان را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.

-فشار خون و قند خون تان را در محدوده طبیعی حفظ کنید.

-فعالیت های تفریحی جهت کاهش فشار روانی داشته باشید.

-فعالیت جنسی را حداقل ۴ هفته به تعویق بیندازید و هر نوع سوال در این مورد را با پزشک در میان بگذارید.

-در زمان مقرر جهت ویزیت پزشک و برنامه پیگیری شامل آزمایشات دوره ای خون و نوار قلب مراجعه نمایید.

-بعد از رهایی از علائم بیماریک برنامه توانبخشی قلبی( برنامه مراقبت مداوم) با هدف کاهش خطرات و ارتقای کیفیت

زندگی لازم است. برنامه توانبخشی طولانی‌مدت شامل افزایش برنامه فعالیت و ورزش به شرح زیر است:

-سطح فعالیت و شدت فعالیت تان را به صورت تدریجی افزایش دهید.

-راه رفتن روزانه همراه با افزایش مدت و فاصله راه رفتن طبق دستور پزشک و یا شرکت در برنامه ورزشی روزانه که به شکل یک برنامه ورزش منظم تا آخر عمر ادامه دارد، توصیه می‌شود.

-در طی فعالیت جسمی سرعت نبضتان را تا رسیدن به حداکثر سطح فعالیت کنترل کنید.

-از فعالیت هایی که باعث سفت شدن عضله می شوند، ورزش ایزومتریک، وزنه‌برداری و هر گونه فعالیتی که نیاز به صرف ناگهانی انرژی دارد، اجتناب کنید.

-از انجام ورزش بلافاصله بعد از غذا خودداری کنید.

-در ابتدای بازگشت به کار طول مدت کار را کوتاه نمایید.

شناسایی و درمان مناسب علائم زیر را یاد بگیرید:

-گزارش به ۱۱۵ در صورت بروز فشار یا درد قفسه سینه در صورتی که به وسیله سه عدد قرص نیتروگلیسرین به فاصله ۵ دقیقه از هم تسکین نیابد.

- تماس با پزشک در صورت بروز علائم تنفس کوتاه، قرص، ضربان قلب کند یا تند، تورم پا و قوزک پا

تهیه و تنظیم : تیم آموزش سلامت بیمارستان بهار ۱۴۰۲

فهرست منابع:

- پرستاری داخلی و جراحی برونر سوارث
- سایت ویکی پدیا دانشنامه آزاد
- دانشنامه رشد
- [www.ir.Teb.com](http://www.ir.Teb.com)

وبسایت بیمارستان: [Www.alihospital.ir](http://Www.alihospital.ir)