



## سکته قلبی چیست؟

در اثر تنگ شدن رگهای کرونر قلب ( رگ هایی که خون و اکسیژن را به عضله قلب می رسانند) بعلت رسوب چربی یا لخته خون ، خون و اکسیژن به اندازه کافی به عضله قلب نمی رسد و قسمتی از عضله قلب دچار آسیب می شود که فرد احساس درد و فشار در قفسه سینه می کند. اگر جریان خون آن قسمت از عضله قلب ظرف مدت ۲۰ دقیقه برقرار نشود، عضله دچار نکروز (مرگ سلولی) می شود. سکته قلبی غالباً در افراد بالای ۴۰ سال اتفاق می افتد و در مردان شایع تر است اما میزان بروز آن در خانم ها نیز رو به افزایش است.

## علائم شایع:

- درد قفسه سینه یا احساس سنگینی، فشردگی یا له شدگی در قفسه سینه
- دردی که از میان قفسه سینه به جناغ و گاهی به آرواره، گردن، بازوها، بین دو کتف یا بالای شکم نیز تیر می کشد.
- تنگی نفس
- تهوع و استفراغ
- تعریق
- ضعف
- احساس خفگی

## علت:

بسته شدن نسبی یا کامل سرخرگهای قلب توسط لخته خون، گرفتگی یا انقباض عروقی

## عوامل افزایش دهنده خطر:

- \* سیگار کشیدن
- \* چاقی
- \* استرس
- \* بالا بودن سطح کلسترول بد خون، یا پایین بودن سطح کلسترول خوب خون

\* بالا بودن فشارخون / دیابت

- \* رژیم غذایی پر از چربی های اشباع شده
- \* سابقه خانوادگی بیماری سرخرگ های قلب
- \* انجام کارهای نشستن و نداشتن فعالیت
- \* ورزش در گرمای زیاد یا سرما و باد

## عواقب مورد انتظار:

با درمان اورژانس و بستری کردن بیمار در بخش مراقبت های ویژه قلبی (سی سی یو) ، اکثر بیمارانی که دچار اولین حمله قلبی خود شده اند بهبود می یابند. پس از رفع خطر باید ۸-۴ هفته فرصت داد تا بهبودی حاصل شود. تکرار حمله قلبی امری شایع است.

## عوارض احتمالی:

- نامنظم بودن ضربان قلب، شوک، التهاب پرده های دور قلب
- نارسایی احتقانی قلب
- جمع شدن مایع در فضای دور ریه ها
- لخته شدن خون در سیاهرگ های عمقی
- آمبولی ریوی
- پاره شدن دیواره بین بطنی یا دیواره خارجی قلب
- آنوریسم (بیرون زدگی) دیواره بطن
- خطر حمله قلبی در آینده

## پیشگیری از سکته قلبی:

- فشار خون ، چربی و قند خونتان را کنترل کنید.
- اگر سیگاری هستید سیگار را ترک کنید.
- اگر چاق هستید وزنتان را کم کنید.
- رژیم حاوی میوه و سبزیجات فراوان، غذای کم چرب و فاقد روغن حیوانی مصرف کنید.
- روزانه یا چند بار در هفته پیاده روی یا سایر ورزشهایی که کارایی قلب را بهبود می بخشد انجام دهید. (ابتدا با پزشک خود مشورت کنید).

- بعد از یک حمله قلبی ، پیگیری بیمار برای کاهش خطر بروز یک حمله دیگر ضروری است. اغلب یک برنامه بازتوانی قلبی برای بازگشت به زندگی روزمره توصیه می شود. برنامه ورزش، تغذیه، و داروها را مطابق تجویز پزشکتان ادامه دهید.

## تشخیص و درمان:

**روش های تشخیصی شامل:** نوار قلب، اسکن قلب، آنژیوگرافی (عکسبرداری از رگ ها با اشعه ایکس به کمک تزریق ماده حاجب درون آن ها)، آزمایش خون (اندازه گیری آنزیم های قلبی) می باشد.

### درمان شامل درمان تهاجمی و درمان دارویی می باشد.

درمان دارویی شامل : اکسیژن درمانی و استفاده از داروهای مختلف مانند داروهای حل کننده لخته، داروهای پیشگیری کننده از تشکیل لخته، داروهای ضد درد و ... می باشد.

همچنین امکان دارد برای به کار انداختن قلب نیاز به تحریک الکتریکی توسط دستگاه وجود داشته باشد.

اقدامات جراحی شامل (کار گذاشتن دستگاه ضربان ساز، آنژیوپلاستی با بالون کوچک، یا جراحی بای پاس سرخرگ های قلب) می باشد.

## داروها:

در صورت بروز علائم فشار در قفسه سینه و درد قفسه سینه با انتشار درد به گردن، شانه و دست از نیتروگلیسرین زیر زبانی استفاده نمایید. هرگز فراموش نکنید قبل از انجام فعالیتی که قلب را تحریک می کند مثل : فعالیت ورزشی ، بالا رفتن از پله ، فعالیت جنسی ، قرار گرفتن در سرما و ... داروهای تجویز شده مثل نیتروگلیسرین را مصرف کنید. هنگام ایجاد درد در قفسه سینه فعالیت های خود را فوراً متوقف کرده و بنشینید یا در بستر استراحت کنید . سررا بالاتر قرار داده و تنفس عمیق بکشید و آرام باشید و داروی نیتروگلیسرین را مصرف نمایید و تا رفع کامل درد استراحت کنید. هر ۵ دقیقه یک قرص استفاده کنید و اگر پس از ۳ بار مصرف قرص ، درد قلبی بر طرف نشود و بیش از ۲۰ دقیقه ادامه یافت به نزدیکترین مرکز اورژانس مراجعه کنید.