

بیمار بستری در بخش CCU ، باید بداند که چه عواملی موجب بیماری او شده و نیز اینکه با انجام چه کارهایی می تواند جلوی پیشرفت بیماری را بگیرد .

گاه ممکن است آنژین صدری باعث بستری شدن او در بیمارستان باشد و در موارد حادتر بروز MI (انفارکتوس میوکارد) یا همان سکته قلبی است .

به هر حال :عوامل ایجاد کننده و یا کمک کننده برای ابتلاء به بیماریهای قلبی شامل موارد زیر است :

- ۱- ژنتیک
- ۲- استعمال دخانیات
- ۳- افزایش فشارخون
- ۴- افزایش وزن
- ۵- افزایش چربی خون
- ۶- کاهش تحرک
- ۷- استرس
- ۸- دیابت (مرض قند)
- ۹- افزایش سن
- ۱۰- سابقه خانوادگی
- ۱۱- جنس (در مردان بیشتر است)
- ۱۲- نژاد

پس از ترخیص از CCU موارد زیر رعایت شود :

۸- خودداری از کشیدن سیگار و مصرف چای پررنگ

۹- پیشگیری از افزایش وزن بدن

۱۰- همراه داشتن قرصهای زیر زبانی (TNG)

۱۱- خودداری از تماس جنسی حداقل ۲ هفته بعد

۱۲- استحمام پس از ترخیص (۳-۴ روز پس از MI)

۱۳- رعایت رژیم کم نمک - کم چربی

۱۴- پیشگیری از پرخوری و فعالیت پس از غذا خوردن

۱۵- مصرف به موقع داروهای تجویز شده

۱- گزارش هر گونه علائم غیرطبیعی به پزشک

۲- خودداری از انجام کارهای سنگین و خسته کننده

۳- انجام پیاده روی روزانه

۴- گزارش هر گونه علائم تنگی نفس ، خستگی ، سرگیجه

۵- خودداری از رانندگی ۲-۴ هفته بعد از ترخیص

۶- در صورت تنگی نفس، درد سینه و یا طپش قلب راه نرود .

۷- بازگشت به کار در اغلب بیماران ۲-۴ هفته بعد مقدور است .



ترخیص بعد از CCU

تهیه و تنظیم: اشرف عباسی

منبع: برونر قلب و عروق

شماره پمفلت

CCU

۷

تاریخ تدوین: زمستان ۱۴۰۴

توصیه های هنگام ترخیص

- بیمار پس از ترخیص حمام کند ، با آب و لرم و حضور یک نفر
- بهترین زمان قطع سیگار در مدت بستری است .
- حدود ۴-۶ هفته بعد از MI می توان تست ورزش انجام داد.
- در صورت عدم مشکل بیمار ۵ روز بعد از MI می توان براحتی قدم بزند ، اما از بلند کردن اجسام سنگین باید خودداری کند .
- به محض درد سینه در هر وضعیتی بیمار باید به حالت استراحت در بیاید .
- قبل از ترخیص توصیه های لازم را بشنود .
- کنترل فشار خون
- رژیم غذایی (کم نمک - کم چربی)