

## سندرم کرونری حاد (ACS) "حمله قلبی"



## بخش اورژانس

واحد آموزش و کلینیک خودمراقبتی

• از سیگار و الکل پرهیز کنید



• استرس را کنترل کنید



ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات :

۰۵۱-۵۶۵۲۲۸۰۰

داخلی بخش اورژانس ۱۲۰

داخلی کلینیک خود مراقبتی ۲۰۴

## برخی تست های تشخیصی و درمانی:

نوارقلب، آزمایش خون، عکس قفسه سینه، تست ورزش، اسکن هسته ای، آنژیوگرافی و ...

## برخی از درمان های دارویی:

داروهای ضد انعقاد خون، نیتروگلیسرین، داروی پایین آورنده کلسترول و ...

اقدامات جراحی مانند آنژیوپلاستی و استنت گذاری و ...

## پیشگیری و خود مراقبتی:

- داشتن رژیم غذایی کم چرب
- مصرف بیشتر میوه و سبزی تازه
- محدود کردن مصرف نمک
- انجام آزمایش کامل چربی خون
- کنترل فشار خون و دیابت تحت نظر پزشک
- داشتن تحرک بدنی حداقل ۳۰ دقیقه روزانه

برای مثال: ۳۰ دقیقه پیاده روی، ۵ روز در هفته با سرعت متوسط، کار در باغچه و غیره. می توان ۳۰ دقیقه را به سه وعده ۱۰ دقیقه ای (صبح و ظهر و شب) تقسیم کرد.



به هر وضعیتی که به صورت ناگهانی منجر به کاهش جریان خون قلب شود، سندرم کرونری حاد اطلاق میگردد. علائم میتواند در برگیرنده نوعی احساس فشار و سنگینی در قفسه سینه کع در هنگام حمله قلبی رخ می دهد تا احساس سنگینی و فشار قفسه سینه که در حالت استراحت و یا هنگام فعالیت سبک(آنژین ناپایدار) هم وجود دارد، باشد.

اولین علامت سندرم حاد کرونری 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، درمان های 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 آن جا که میتواند تهدید کننده حیات باشد، علائم ان بایی جدی گرفته شوند.

### **در صورت بروز هر کدام از علائم زیر با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید:**

احساس درد، فشار، سنگینی یا سوزش در قفسه سینه

- تهوع، استفراغ
- تنگی نفس
- تعریق زیاد و ناگهانی
- احساس سبکی سر

برای رسیدن به مرکز درمانی خودتان رانندگی نکنید. بهتر است فرد دیگری شما را برساند.

ممکن است علائم و نشانه های حمله قلبی با توجه به سن، جنس، بیماری های زمینه ای مانند دیابت و ... متفاوت باشد. سایر علائم سندرم کرونری حاد میتوانند عبارت باشند از:

- درد شکم
- سوزش سر دل
- سردرد، گیجی، غش کردن
- ضعف و بی حالی غیر معمول
- احساس بی قراری
- پوست مرطوب

اگر دچار دردی در ناحیه قفسه سینه می شوید که حالت عود شونده دارد، با پزشک خود مشورت کنید چون ممکن است این دردها، شکلی از آنژین صدری باشد.

### **درد قفسه سینه ی پایدار (stable Angina)**

معمولا قابل پیش بینی است. برای مثال با راه رفتن تند، ممکن است فرد دچار دردی در قفسه سینه شود که به محض استراحت از بین برود.

### **درد قفسه سینه از نوع ناپایدار (unstable Angina)**

این نوع درد قابل پیش بینی نبوده و در حال استراحت هم ممکن است بوجود بیاید. این درد میتواند شدید تر از نوع پایدار باشد.

سندرم کرونری حاد معمولا ناشی از ایجاد پلاک در دیواره ی سرخرگ های قلب است(تصلب شرایین). این پلاک ها از رسوب چربی و برخی مواد دیگر در دیواره ی داخلی رگ ها، بوجود آمده و باعث تنگی و کند شدن جریان خون در آن ها می شوند.

### **عوامل خطر در سندرم کرونری حاد:**

این عوامل در بسیاری از بیماری های قلب و عروق مشترک هستند:

- 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 فشارخون و دیابت در دوران بارداری