

الحمد لله

داستانی‌های مفید برای قلب سالم

فریبا پریان نوغانی

پریان نوغانی، فریبا، ۱۳۴۸-
دانشنتی‌های مفید برای قلب سالم/فریبا پریان‌نوغانی.
مشهد: سناباد، ۱۳۹۹.
۸۴ص: مصور.
978-964-668689-2

فیبا
کتابنامه.
قلب -- بیماری‌ها
Heart -- Diseases
قلب -- بیماری‌ها -- پیشگیری
Heart -- Diseases -- Prevention
قلب -- بیماری‌ها -- درمان
Heart -- Diseases -- Treatment

۶۸۱

۶۶/۱۲

۶۱۱، ۶۹

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور
مشخصات نشر
مشخصات ظاهری
شابک

وضع پرست نویسی

ثبت

موضوع

موضوع

موضوع

موضوع

موضوع

موضوع

رده بندی کنگره

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی

انتشارات سناباد

نام کتاب: دانشنتی‌های مفید برای قلب سالم
مؤلف: فریبا پریان نوغانی

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۹

قیمت : ۲۰۰۰۰ تومان

چاپ : سپنتا

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۶۶۸۶-۸۹-۲

امروزه سبکته قلبی دومین علت مرگ و میر در دنیا می‌باشد. ما با رعایت نکات ساده و بهداشتی مانند ورزش منظم، عدم استفاده از سیگار و پرچرنها و پیشگیری از چاقی- ترک سیگار و دوری از استرس می‌توانیم از این معضل جلوگیری کنیم. و در صورت دچار شدن به بیماری قلبی اقداماتی انجام دهیم که از پیشرفت آن جلوگیری نمائیم.

هدف از نگارش این کتاب افزایش آگاهی در مورد نحوه عملکرد قلب و عوامل بیماری قلبی و روشهای پیشگیری و درمان آن می‌باشد. امید است با نگارش این کتاب سامی، رجب، کوچک در کاهش بیماری قلبی برداشته باشیم.

فهرست مطالب

۳	مقدمه
۱۱	آناتومی و فیزیولوژی قلب
۱۲	سرخرگ‌های کرونری
۱۲	دریچه‌های قلب
۱۳	فصل اول: عوامل خطرزای بیماری قلبی
۱۳	۱- آترواسکروز کرونری (تصلب شرایین)
۱۴	۲- فشار خون
۱۶	۳- دیابت (بیماری قند) یا هیپرگلیسمی
۱۷	کنترل و درمان دیابت
۱۸	علائم بیماری دیابت
۱۸	آموزش به بیمار دیابتی
۱۹	مراقبت از چشم
۱۹	تدابیر تغذیه‌ای
۱۹	رژیم غذایی
۲۰	داروها مؤثر بر دیابت
۲۰	۴- چربی بالا یا افزایش کلسترول و تری گلیسیرید
۲۲	(تری گلیسیرید)

- ۲۲..... کنترل میزان چربی
- ۲۳..... ۵- چاقی
- ۲۳..... چه کنیم که وزن ما به وضعیت ایده‌آل برسد؟
- ۲۳..... ۶- عدم تحرک جسمی
- ۲۴..... ۷- سیگار و دخانیات
- ۲۴..... ۸- استرس
- ۲۵..... علائم استرس
- ۲۵..... عوامل استرس
- ۲۶..... درمان استرس
- ۲۷..... ۹- تیپ شخصیتی A
- ۲۸..... ۱۰- مصرف داروهای ضدآرتری
- ۲۸..... ۱۱- اسید اوریک بالا
- ۲۹..... راه‌های پیشگیری
- ۳۰..... عوامل خطرآفرینی که نمی‌توان تغییری در آن‌ها ایجاد کرد.

- ۳۱..... فصل دوم: بیماری‌های قلبی
- ۳۲..... بیماری انسداد سرخرگ‌های قلب (عروق کرونر)
- ۳۴..... مراقبت و درمان از بیمار مبتلا به آنژین صدری
- ۳۶..... سکته قلبی (انفارکتوس MI)
- ۳۸..... درمان
- ۳۹..... جراحی قلب باز (بای پس عروق کرونر)
- ۴۰..... عواملی که بیمار را تهدید می‌کند
- ۴۲..... درمان‌های دارویی جهت سکته قلبی
- ۴۳..... تنظیم ضربان قلب
- ۴۴..... مصرف داروها در منزل

۴۴	آسپرین
۴۴	دیورتیک‌ها مدرها (قرص‌های ادرارآور)
۴۵	نیترات‌ها
۴۵	توصیه‌های لازم هنگام مصرف نیترات‌ها
۴۶	مهارکننده‌ی کانال‌های کلسیمی
۴۷	دیگوکسین (Digoxin)
۴۷	مهارکننده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسین: ACEI
۴۷	داروی ضد آریتمی
۴۸	بیماری‌های مادرزادی قلب
۴۸	نقص‌ها، دیواره بین بطنی و بین دهلیزی
۴۹	نقص هم‌زمان کانال‌های بطنی-دهلیزی
۴۹	بازماندن مجرای سرخرگی
۴۹	تنگی دریچه ریوی و انورتی
۴۹	کواکسیون آنورت
۵۰	تترالوژی فالوت
۵۱	بیماری ماهیچه‌ای قلب (کاردیو میوپاتی)
۵۲	درمان و مراقبت طبی
۵۳	بیماری‌های دریچه‌ی قلب
۵۳	بیماری‌های دریچه‌ی قلب عبارتند از:
۵۳	پرولاپس دریچه‌ی میترال (دولتی)
۵۴	تنگی دریچه‌ی میترال
۵۴	درمان
۵۴	نارسایی دریچه‌ی میترال
۵۵	تنگی دریچه‌ی آنورت
۵۵	نارسایی آنورت

- ۵۶..... تنگی دریچه‌ی تریکوسپید (سه لتی)
- ۵۷..... بیماریهای سرخرگها و سیاهرگها
- ۵۷..... بیماری سرخرگها
- ۵۷..... درمان
- ۵۸..... آری سیاهرگها
- ۵۸..... درمان
- ۵۷..... بیماری‌های منونی قلب
- ۵۷..... آند کاردیت
- ۵۷..... میوکاردیت
- ۵۷..... پریکاردیت

۶۰ فصل سوم: تست‌های تشه‌ص جهت مار قلبی

- ۶۰..... ۱- نوار قلب
- ۶۰..... آمادگی قلبی
- ۶۱..... رادیوگرافی از قفسه سینه
- ۶۱..... تست ورزش (با تردمیل)
- ۶۲..... آمادگی لازم برای تست ورزش
- ۶۳..... روش انجام تست ورزش
- ۶۴..... اسکن قلب
- ۶۵..... مراحل انجام اسکن قلب
- ۶۵..... اسکن بادی پیریدامول
- ۶۶..... مرحله تصویربرداری (اسکن) قلب
- ۶۷..... تفسیر و گزارش پاسخ اسکن
- ۶۷..... اکوکاردیوگرافی
- ۶۸..... موارد زیر توسط اکوکاردیوگرافی بررسی می‌شود

۶۹	استرس اکو.....
۶۹	هولتو مانیتورینگ.....
۶۹	کاربردها.....
۷۰	مطالعه‌ی الکتروفیزیولوژی.....
۷۰	آنژیوگرافی عروق کرونر.....
۷۱	آنژیوگرافی تشدید مغناطیسی یا MRA.....
۷۲	روش اجرای بای‌پس.....
۷۴	فصل چهارم: سوارنم که به دنبال انفارکتوس قلبی ایجاد می‌شود.....
۷۴	نارسایی قلبی.....
۷۴	علل نارسایی قلبی.....
۷۴	شایع‌ترین علل.....
۷۴	علائم نارسایی قلبی.....
۷۵	آزمایشات مورد نیاز.....
۷۵	درمان‌های مورد نیاز.....
۷۶	ادم ریه (التهاب ریه).....
۷۶	علائم.....
۷۷	علل.....
۷۷	عوامل افزایش دهنده‌ی خطر.....
۷۷	درمان.....
۷۷	داروها.....
۷۸	شوگ کاردیوژنیک (قلبی).....
۷۸	علائم.....
۷۹	درمان.....
۷۹	تجویز مایعات و دیورتیک‌ها.....

۷۹.....بالن پمپ

۸۰.....پاره‌گی عضله قلب (میوکارد)

۸۱.....فصل پنجم: ایست قلبی تنفسی و احیای قلبی- ریوی (CPR)

۸۲.....ماحل CPR

۸۲.....۲- تنفس Breathing

۸۲.....۱- در دشت خون Eircevation

۸۳.....طریقه سا