

کنترل عوامل خطر در بیماران جراحی قلب

مؤلف:

دکتر بهروز متحدی

فوق تخصص جراحی قلب و عروق

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

با همکاری:

فاطمه زواررضا

مدرس دانشگاه علوم پزشکی مشهد

ویرایش:

بنفشه رئیسی



سرشناسه: متحدى، بهروز - زوآر رضا، فاطمه
عنوان و پدیدار: کنترل عوامل خطر در بیماران جراحى قلب /
تالیف: دکتر بهروز متحدى. با همکارى : فاطمه زوآر رضا
مشخصات نشر: مشهد: سخن گستر، ۱۳۸۸
مشخصات ظاهرى: ۱۲۶ ص (رقعی)
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۴۷۷-۶۱۵-۱ ISBN:
یادداشت: فیبا.

موضوع: قلب - بیماری ها
رده بندى کنگره: ۹ ۱۳۸۷ ک ۲۳ / م ۶۸۱ RC
رده بندى دیویی: ۶۱۶/۱۲
شماره کتابخانه ملی ایران: ۱۶۶۱۵۵۷



انتشارات سخن گستر

مشهد - بین ابن سینای ۱۶ و پاستور - شماره ۱۷۴
تلفن: ۸۴۳۹۹۵۵

نام کتاب: کنترل عوامل خطر در بیماران جراحى قلب
تالیف: دکتر بهروز متحدى. با همکارى : فاطمه زوآر رضا
صفحه آرائى: بنفشه ریشی
شمارگان: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول/ ۱۳۸۸
لیتوگرافى: پارس پلیت
چاپ: شاهین
قیمت: ۲۵۰۰ تومان



مقدمه

فصل اول (بیماری قلبی)

قلب

قلب کجا و به چه شکلی است؟

شریان های کرونری چه هستند؟

بیماری عروق کرونری

شایع ترین نشانه بیماری عروق کرونر

عوامل بیماریزای عروق کرونر

تنگی شریان کرونری را چگونه تشخیص می دهند؟

هدف از درمان بیماری عروق کرونری چیست؟

روش درمان بیماری تنگی شریان کرونری چیست؟

آنژیوپلاستی شریان کرونری توسط بالن (PTCA)

بالون آنژیوپلاستی به همراه استنت

روش جراحی بای پس

روش اجرای جراحی بای پس

فصل دوم (عمل جراحی)

ارزیابی های قبل از عمل

آمادگی برای جراحی بای پس

آشنا شدن با داروهایتان

آزمایش های مورد نیاز

آزمایش خون

آزمایش کلیه

عکسبرداری از قفسه ی سینه

۲۲	نوار قلب (الکتروکاردیوگرام)
۲۳	وضعیت های پزشکی قبلی
۲۴	برنامه قبل از عمل
۲۴	فوائد آمادگی قبل از عمل
۲۴	پرسشنامه قبل از عمل
۲۸	کنترل قند در بیماران دیابتی قبل و بعد از عمل جراحی
۲۸	خطر کاهش قند خون
۲۹	توجهات زمان پذیرش در بخش و توجهات لازم ۲۴ ساعت قبل از عمل
۳۰	چه کسانی در عمل جراحی شما شرکت خواهند داشت؟
۳۰	روز جراحی
۳۱	در اتاق عمل و در طول عمل جراحی چه اتفاقی می افتد؟
۳۱	مراقبت های بعد از عمل
۳۲	سایر لوله ها و خطوط
۳۲	انتقال به بخش جراحی
۳۲	فعالیت تان را برنامه ریزی کنید
۳۳	روز اول و دوم پس از جراحی
۳۳	روز سوم پس از جراحی و تا زمان رفتن به خانه
۳۴	مراقبت از استخوان جناغ سینه
۳۴	چه حالت و نشانه هایی پس از عمل خواهید داشت؟
۳۴	درد
۳۵	مدیریت دردتان
۳۶	آشنا شدن با داروهایتان
۳۶	رژیم غذایی

۳۷	اشتها
۳۷	اختلالات خواب
۳۸	برای بهبود خواب چه باید کرد؟
۳۸	ورم شدید در محل پا
۳۸	گرفتگی صدا
۳۸	یبوست
۳۹	ضعف و بی حالی
۳۹	وضعیت تنفسی
۳۹	رفتن به منزل
۴۰	درباره رژیم غذایی تان در منزل
۴۱	پانسمان زخم
۴۲	نکاتی در مورد حمام گرفتن
۴۲	آشنا شدن با داروهایتان
۴۴	شناختن علائم خطر
۴۴	فعالیت های پس از عمل در منزل
۴۵	مراقبت از برش های جراحی
۴۵	داشتن رابطه جنسی
۴۵	ورزش
۴۶	طبقه بندی خطر برای ورزش
۴۷	چه زمان می توانید فعالیت های کاری خود را از سر بگیرید؟
۴۷	سایر درمانها
۴۹	تست های آزمایشگاهی
۴۹	پرستاران در منزل

۵۰	جراح شما باید در جریان اطلاعات ذیل قرار گیرند
۵۰	زخم عمل جراحی
۵۲	درمان روانی
۵۳	فصل سوم (بیماران پر خطر)
۵۵	عوامل خطر
۵۵	بیماران با فشار خون بالا
۵۶	فشار خون بالا چیست؟
۵۷	مصرف دارو های فشار خون
۵۸	علائم و نشانه های فشار خون بالا چیست؟
۵۹	روش های تشخیصی برای فشار خون بالا
۵۹	گزینه های درمانی برای فشار خون بالا
۶۳	بیماران دیابتی
۶۳	دیابت چیست؟
۶۳	دیابت قندی یا شیرین
۶۴	انواع دیابت
۶۴	دیابت نوع یک
۶۴	علائم دیابت نوع یک
۶۵	دیابت نوع دو
۶۵	علائم دیابت نوع دو
۶۶	در این شرایط به پزشک مراجعه نمایید
۶۶	افزایش قند خون
۶۷	علل افزایش قند خون
۶۷	علائم افزایش قند خون

۶۷	کاهش قند خون
۶۸	درمان کاهش قند خون
۶۸	کنترل دیابت بر اساس پنج اصل می باشد
۶۸	راهکارهایی برای شروع تغذیه صحیح
۶۹	تغییر رژیم غذایی
۶۹	چراغ راهنمای انتخاب غذای سالم
۶۹	چراغ راهنمای انتخاب غذا چگونه عمل می کند؟
۷۲	انتخابی آگاهانه
۷۲	سویا
۷۲	توصیه های تغذیه ای
۷۴	بیماران سیگاری
۷۴	ترک سیگار
۷۴	مزایای ترک سیگار
۷۵	آمادگی برای ترک
۷۶	راهکارهای رفتاری ترک
۷۷	داروهای ترک
۸۰	برگشت دوباره
۸۱	بیماران با اختلال در چربی خون
۸۲	کلسترول
۸۳	کلسترول خوب و بد HDL_C و LDL_C
۸۴	افزایش (HDL-C) یا چربی خوب
۸۴	کاهش (LDL-C) یا چربی بد
۸۵	میزان چربی در بیماران عروق کرونر

۸۵	عوامل مؤثر بر غلظت کلسترول خون
۸۶	مقابله با غلظت بالای کلسترول خون
۸۷	رژیم غذایی مؤثر بر کاهش چربی خون
۹۰	بیماران با خشم و استرس زیاد
۹۱	نکاتی برای کنترل خشم
۹۲	استرس چیست؟
۹۲	استرس حاد
۹۲	استرس مزمن
۹۳	چگونه با استرس برخورد می کنید؟
۹۳	روش های مقابله با استرس
۹۴	ورزش های آرام سازی
۹۶	ضمیمه
۱۱۳	منابع

مقدمه

جراحی قلب رشته نوپایی است که بیش تر از ۶ دهه از عمر آن نمی گذرد. علی رغم جوانی این رشته، امروزه جراحان قلب قادرند از نظر تکنیکی پیچیده ترین اعمال جراحی قلب را با موفقیت انجام دهند، با این وجود بدون کنترل عوامل خطر ساز در دوران قبل و بعد از اعمال جراحی، نتایج این جراحی ها مطلوب نخواهد بود.

اجرای بهترین برنامه های درمانی برای بیماران، بدون مشارکت فعال ایشان در این برنامه ها مقدور نیست و تردیدی وجود ندارد که این مشارکت فعال بدون دادن آگاهی ها و آموزش های لازم به بیماران در مراحل مختلف جراحی قلب میسر نخواهد شد.

در کتاب پیش رو، عوامل خطر ساز در مراحل قبل و پس از اعمال جراحی قلب به زبانی ساده بیان و راهکارهای مقابله با آنها نیز ذکر شده است. با مطالعه این کتاب و اجرای دستورات آن بیماران امکان کنترل عوامل خطر ساز را پیدا نموده و بدین ترتیب بهترین نتایج را از اعمال جراحی قلب خود کسب خواهند نمود.

اگر چه اطلاعات موجود در این کتاب امکان گفتگوی بیماران با پزشک را فراهم می کند ولی ذکر این نکته ضروری است که نحوه مراقبت ها و دستورات پزشکی برای بیماران مختلف، متفاوت بوده و صرفاً بستگی به نظر پزشک معالج دارد. لذا بیماران نباید از هیچ پیشنهادی در این کتاب که با توصیه های درمانگر آنها تناقض دارد پیروی نمایند.

بر خود لازم می دانم که بدین وسیله از زحمات سرکار خانم زواررضا که در تهیه و تدوین این کتاب مرا یاری نموده اند، قدردانی و تشکر نمایم و نیز پیشاپیش از تمام اساتید و همکاران محترمی که با نظرات ارشادی خود مرا در تصحیح و تکمیل این کتاب یاری خواهند فرمود سپاسگذارم.

در خاتمه این جریده را به پاس عمری فداکاری و محبت به پدر و مادر عزیزم و همسر مهربانم و نیز فرزندانم مهران تقدیم می دارم.

دکتر بهروز متحدی

بهمن ماه ۱۳۸۷