

سرشناسه	فاصلی فر، سعید، ۱۳۵۳ -
هنوان و نام پدیدآور	راهنمای بیماران جراحی قلب باز (به انضمام تغذیه سالم) / مؤلفین: سعید فاضلی فر، زهرا رحیمی.
مشخصات نشر	سبزوار: انتشارات خمسه النجباء (ع)، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	۱۰۴ ص: مصور (رنگی)؛ ۱۷ × ۲۴ سم.
شابک	978-600-6209-54-8
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	قلب — جراحی — بیماران — توانبخشی
موضوع	قلب — جراحی — پرستاری و مراقبت
موضوع	بیماران قلبی — توانبخشی
موضوع	قلب — بیماری‌ها — تأثیر تغذیه
شناسه افزوده	رحیمی، زهرا، ۱۳۶۰ -
رده بندی کنگره	۱۳۹۴ / ۲۲۲ / RD۵۹۷
رده بندی دیویی	۶۱۷/۴۱۲۰۳
شماره کتابشناسی ملی	۳۹۰۳۷۷۲

راهنمای بیماران جراحی قلب باز (به انضمام تغذیه سالم)

مؤلفین:	دکتر سعید فاضلی فر - زهرا رحیمی
شابک:	978-600-6209-54-8
قطع:	رقعی
تاریخ نشر:	مردادماه ۹۴
نوبت چاپ:	چاپ اول
شمارگان:	۵۰۰ جلد
انتشارات:	خمسه النجباء علیهم السلام
صفحه آرایی، لیتوگرافی، چاپ و صحافی:	چاپ رسانه سبزوار ۴۴۲۲۸۷۹۱

حق چاپ محفوظ

صفحه	فهرست
۶	مقدمه
۷	فصل اول - آناتومی قلب و تشخیص و درمان بیماری های قلبی
۸	درباره قلب شما
۱۲	دریچه های قلب
۱۷	آریتمی چیست ؟
۱۹	نارسایی قلب چیست ؟
۲۲	پیوند عروق کرونر (CABG)
۲۴	بیماری دریچه قلب
۲۶	جراحی دریچه قلب
۲۹	فصل دوم آشنایی با تیم جراحی قلب باز و آمادگی های لازم جهت عمل
۳۰	تیم جراحی شما
۳۳	وسایلی که با خود به بیمارستان می آورید
۳۵	چه کارهایی باید قبل از عمل جراحی انجام دهید
۳۹	درباره بیهوشی شما
۴۰	بهبودی در ICU (بخش مراقبت های ویژه)
۴۷	فصل سوم بازگشت به خانه و اقدامات و آموزش های لازم پس از ترخیص
۴۸	برنامه ترخیص
۴۹	پیگیری قرار ملاقات پس از جراحی قلب
۵۲	چگونه درد من باید ارزیابی و کنترل شود ؟
۵۳	چه زمانی می بایست من برای درد دارو درخواست کنم ؟
۵۶	پرسش و پاسخهای متداول درمان درد
۵۷	گزینه های جایگزین داروی مسکن

- علائم عفونت زخم ۶۱
به بدن خود گوش دهید ۶۳
سلامتی احساسی و ذهنی پس از جراحی ۶۴
عملکرد ذهنی ۶۵

فصل چهارم - رژیم غذایی و تغذیه سالم ۶۹

- چگونه میتوان آنتی اکسیدان های ضد بیماری را بدست آورد ؟ ۷۰
تغذیه سالم در بیماران قلبی ۷۲
غذاهایی که کلسترول زیان آور را از حالت سمی خارج می کنند ۸۰
مهمترین روش های جلوگیری از اکسیده شدن ۸۰
برای کاهش تری گلیسرید ها چه غذاهایی باید خورد؟ ۸۱
محدودیت مایعات و سدیم ۸۵

فصل پنجم - از سرگیری فعالیت و ورزش پس از جراحی قلب ۸۹

- فعالیت بدنی ۹۰
بازگشت به کار ۹۲
رابطه جنسی ۹۳
چگونه قلب خود را سالم نگه دارید ۹۳
ورزش منظم ۹۴
ترک سیگار ۹۷
چه وقتی باید به پزشک خود مراجعه کنید ۹۹
پس از جراحی قلب - در موارد اضطراری چه باید بکنید ۱۰۰
نگرانی هایی که شما دارید ۱۰۱

مقدمه

دانش جراحی قلب از حدود پنجاه سال پیش با تولید ماشین قلبی - ریوی وارد مرحله جدیدی شد و پس از آن، پیدایش و پیشرفت وسایل عملی و تکنیکهای جراحی قلب باعث شد تا بهبود بیماری های مختلف قلبی که تا آن روز غیر قابل درمان می نمود، دست یافتنی تر باشد. در ادامه مراقبت های قبل و حین عمل جراحی قلب، مراقبت های پس از عمل نیز از اهمیت خاص برخوردار است.

اگرچه قسمتی از این مراقبتها توسط تیم پزشکی اعمال می شود ولی قسمت عمده آن بر عهده بیمار و همراهیان وی خصوصاً در مرحله پس از ترخیص از بیمارستان می باشد. انجام مراقبتها باعث حفظ سیستم قلب و عروق و همچنین ارگانهای دیگر از جمله سیستم گوارش، اعصاب و کلیه ها بوده و آگاهی بیمار از این مراقبتها نه تنها باعث کمک به عملکرد و حفظ بهتر این دستگاه ها شده بلکه حفظ آرامش و کاهش اضطراب بیمار قبل و بعد از عمل را به همراه دارد. همچنین کیفیت زندگی بیماران را پس از عمل بهبود خواهد بخشید. امید است این مجموعه بتواند قدمی در جهت افزایش آگاهی بیماران برداشته و به بهبود آنها کمک کند.

دکتر سعید فاضلی فر