

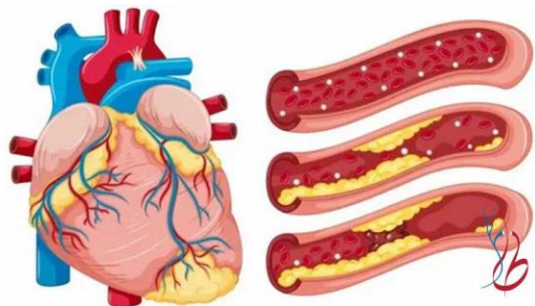
بسمه تعالی



NIME SHABAN HOSPITAL

کد سند QI/EP/۰۰۵/۰۱-۰۴

بیمارستان نیمه شعبان ساری



عنوان			آترواسکلروز	
تهیه کننده			سحر رضی	
سمت			پرستار	
منابع			برونر و سودارث	
سال تهیه	۱۴۰۵		بازنگری	۱۴۰۷
	تایید		کمیته آموزش	رئیس بخش: آقای دکتر مخری

خودمراقبتی

- ❖ میوه، سبزیجات، حبوبات و غلات به طور کامل مصرف کنید و مصرف چربی، نمک و قند را کاهش دهید.
- ❖ از سیگار و قلیان پرهیز کنید.
- ❖ داروها را طبق دستور پزشک مصرف و خودسرانه قطع نکنید.
- ❖ وزن مناسب خود را حفظ کنید.
- ❖ به طور منظم فشار، قند و چربی خون خود را اندازه گیری کنید.

علائم هشدار

در صورت بروز درد قفسه سینه، تنگی نفس شدید، ضعف ناگهانی یک طرف بدن یا اختلال تکلم به اورژانس مراجعه نمایید.

تحرک بیشتر، گرفتگی کمتر

آدرس بیمارستان: ساری بلوار پاسداران

بیمارستان نیمه شعبان

شماره تماس: ۳۳۳۴۰۱۱۱

داخلی بخش CCU: ۲۵۶

درمان

اصلاح سبک زندگی:

- ❖ پیروی از رژیم غذایی سالم و متعادل
- ❖ فعالیت بدنی منظم
- ❖ حفظ وزن سالم
- ❖ ترک سیگار و پرهیز از قرارگیری در معرض دود سیگار
- ❖ پرهیز از مصرف الکل
- ❖ مدیریت استرس
- ❖ داشتن خواب کافی و باکیفیت



درمان دارویی زیر نظر پزشک:

- ❖ داروهای کاهنده کلسترول
- ❖ داروهای کنترل فشار خون بالا
- ❖ داروهای ضدپلاکت

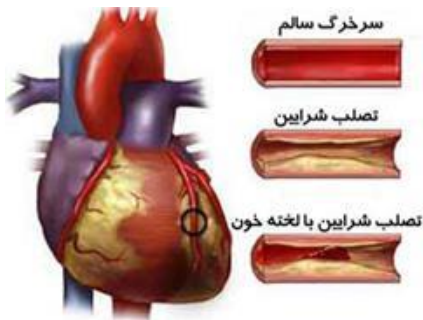
کنترل دیابت و سایر بیماری‌های زمینه‌ای

روش‌های تهاجمی و جراحی:

- ❖ آنژیوپلاستی و استنت گذاری
- ❖ جراحی باز عروق کرونر

تشخیص

- ❖ سابقه پزشکی خانوادگی
- ❖ معاینه فیزیکی
- ❖ سونوگرافی داپلر
- ❖ نوار قلب و اکو قلبی
- ❖ آنژیوگرافی
- ❖ اسکن هسته ای قلب



پیشگیری

- ❖ داشتن رژیم غذایی سالم
- ❖ داشتن فعالیت فیزیکی منظم
- ❖ پرهیز از مصرف سیگار
- ❖ داشتن خواب سالم
- ❖ نگه داشتن وزن در محدوده نرمال
- ❖ حفظ اعداد فشار خون، چربی خون و قند خون در محدوده نرمال

علائم آترواسکلروز یا تصلب شرایین

علائم آترواسکلروز در شریان های قلبی

- ❖ درد قفسه سینه
- ❖ تپش قلب ناگهانی
- ❖ خستگی و تنگی نفس
- ❖ تعریق، حالت تهوع و استفراغ

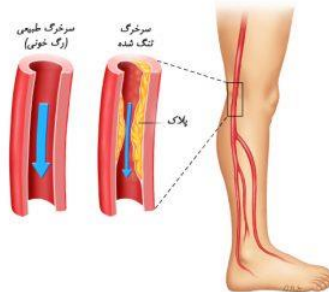
علائم آترواسکلروز در شریان های

منتهی به مغز

- ❖ مشکل در صحبت کردن یا تکلم
- ❖ از دست دادن موقت بینایی در یک چشم
- ❖ افتادگی عضلات صورت
- ❖ بی حسی یا ضعف ناگهانی در بازوها یا پاها

آترواسکلروز در شریان های بازوها و پاها

- ❖ درد پا هنگام راه رفتن
- ❖ کاهش فشارخون در اندام آسیب دیده



آترواسکلروز وضعیتی است که در آن پلاک

در دیواره سرخرگها تجمع پیدا می کند. این پلاکها از کلسترول، چربی، سلول های خونی، کلسیم و سایر ترکیبات موجود در خون تشکیل می شوند.



اگرچه آترواسکلروز در بیشتر موارد به عنوان یک بیماری قلبی در نظر گرفته می شود، اما تقریباً می تواند هر سرخرگی را در بدن درگیر کند مثل عروق مغز، بازوها، پاها، لگن و کلیه ها.



