

تعریف بیماری فیبریلاسیون دهلیزی:

یک بی نظمی بسیار شایع در ضربانات قلب می باشد به طوری که باعث می شود قلب به خوبی پمپاژ نکند (منقبض نشود). قلب حدود 110-180 بار در دقیقه منقبض میشود ولی چون این پمپاژ موثر نیست نمی تواند خون زیادی را به داخل رگها پمپاژ کند در نتیجه ممکن است منجر به عوارضی مانند سکتته مغزی شود

علائم بیماری:

بیماران ممکن است فاقد علامت باشند مهمترین علامت احساس طپش قلب می باشد گاهی تنگی نفس و سرگیجه درد قلبی، پائین آمدن فشار خون نیز بروز می کند. نبض بیمار بین 110-180 بار در یک دقیقه و به صورت نامنظم حس می شود

روشهای تشخیصی:

پزشک معالج با گرفتن شرح حال، نوار قلب، اکوکاردیوگرافی، آزمایشات خونی (بررسی کار تیروئید، کلیه، کبد) عکس قفسه سینه و حتی گاهی هولتر مانیتورینگ و تست ورزش تشخیص بیماری را قطعی می کند

درمان:

در طی مدت بستری داروهای لازم برای بهبود وضعیت شما تجویز می شود. بعد از ترخیص نیز داروهایی برای جلوگیری از

تشکیل لخته و همچنین منظم کردن ضربانات قلب بر حسب وضعیت بیماری شما تجویز می شود

دارو درمانی :

در صوتی که قرص وارفارین مصرف می کنید

- ❖ طبق دستور مصرف پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور، انجام داده و به پزشک اطلاع دهید
- ❖ در صورت مراجعه به بیمارستان یا مطب های پزشکی، پزشک خود را از خوردن این قرص مطلع کنید
- ❖ از کار کردن با وسایل تیز مثل تیغ و چاقو خودداری کنید
- ❖ مراقب پوست خود باشید و از مسواک نرم استفاده کنید
- ❖ در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، ادرار و استفراغ خونی مصرف وارفارین را قطع کرده و به پزشک مراجعه کنید
- ❖ از مصرف خود سرانه دارو بپرهیزید

در صورتی که قرص دیگوکسین مصرف می کنید

قرص را طبق دستور پزشک مصرف کنید. مهم است که هر روز در ساعت معینی قرص مصرف شود و معمولا بهتر است صبح ها ناشتا خورده شود

- ❖ اگر عادت دارید صبحانه نان برشته بخورید مراقب باشید دیگوکسین را حداقل 2-1ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید(سبوس موجود در غلات به دیگوکسین متصل شده و از جذب آن جلوگیری می کند)
- ❖ قبل از مصرف دیگوکسین نبض خود را یک دقیقه بشمارید. در صورتی که کمتر از 60 ضربه در دقیقه بود آن را مصرف نکنید
- ❖ در صورت فراموش کردن مصرف دیگوکسین تا 4 ساعت از زمان مصرف فرصت دارید آن را بخورید، در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولیتان برگردید و مصرف آن را در روز بعد 2 برابر نکنید
- ❖ اگر دیگوکسین می خورید در صورت بی اشتها، اسهال، تهوع، گیجی، تاری دید (مشاهده هاله زرد رنگ و سبز در اطراف چراغ) ورم دست و پاها، تنگی نفس، افزایش وزن ناگهانی (1/5کیلوگرم در 24 ساعت) و طپش قلب یا نبض کمتر از 60، از مصرف آن خودداری کنید و به پزشک اطلاع دهید
- ❖ در صورت مصرف داروهای غیر قلبی، پزشک خود را از مصرف این داروها مطلع کنید
- ❖ قرص دیگوکسین را جدا از قرص های دیگر نگه دارید و آن را با داروهای دیگر در یک ظرف مخلوط نکنید



دانشگاه علوم پزشکی و

خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی

بیمارستان مهرشهرستان تکاب

مراقبت از خود در

فیبریلاسیون دهلیزی

مورد تایید سرپرست علمی بخش

آدرس: بلوار چملی - جنب پمپ بنزین موسوی -

بیمارستان مهر



Email: tekab_amozeesh.umsu.ac.ir

واحد آموزش سلامت

در صورت داشتن مشکل لطفا با تلفن

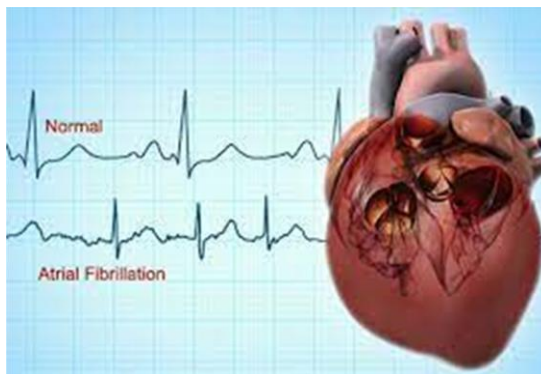
۴۵۵۲۸۸۱۶ و داخلی ۱۲۶ سوپروایزر

آموزش سلامت تماس بگیرید

بازنگری بهار ۱۴۰۳

5

- ❖ در صورتی که داروهای مدر (ادرار آور) مصرف می کنید ، خصوصا زمانی که قرص دیگوکسین نیز در داروهای شما وجود دارد به منظور جلوگیری از احتمال مسمومیت دیگوکسین ، از مواد غذایی حاوی پتاسیم استفاده کنید این مواد غذایی شامل : موز ، مرکبات ، سبزیجات برگدار سبز ، گوجه فرنگی ، خرما، زرد آلو ، هلو ، انجیر و غذاهای دریایی
- ❖ وعده های غذایی خود را با حجم کم و دفعات زیاد تنظیم کنید
- ❖ مواد غذایی را بیشتر به حالت آب پز یا بخار پز استفاده کنید
- ❖ از هیجانات و استرس های روحی و عاطفی دوری کنید



منبع: اصول مراقبت های ویژه در آی سی یو وسی سی یو و دیالیز، تالیف حسین شیرازی - ملاحظت نیک روان مفرد

4

در صورتی که آمیو دارون مصرف می کنید نکات زیر را مد نظر قرار دهید:

- بهتر است قرص را همراه با غذا مصرف کنید
 - قبل از مصرف حتما نبض خود را کنترل کنید در صورتیکه کمتر از 60 ضربه در یک دقیقه بود قرص را مصرف نکنید
 - در طی مدت درمان و 4 ماه پس از آن از قرار گرفتن در معرض خورشید پرهیز کنید
 - حتما هر 3 تا 6 ماه به یک متخصص ریه جهت معاینات ریوی مراجعه نمایید
- رژیم غذایی:**
- ❖ از مصرف غذاهای نمک دار خودداری کنید چون مصرف نمک باعث ورم کردن پاها و افزایش فشار خون می شود
 - ❖ جهت خوش طعم کردن غذاها از آبلیمو و گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید
 - ❖ سعی کنید از غذاهای آماده ، کنسروها ، سوسیس ، کالباس و گوشت های فرآوری شده ، تنقلات شور و خیار شور استفاده نکنید
 - ❖ در هنگام خرید مواد غذایی ، برچسب آنها را مطالعه کنید و غذاهایی را انتخاب کنید که (سدیم) کمتری دارد
 - ❖ از مصرف غذاهای پرچرب مانند روغن های : کره حیوانی ، لبنیات پرچرب ، کله پاچه ، دل و جگر ، سس های پرچرب (مایونز) و ... خودداری کنید
 - ❖ حداقل 2 بار در هفته ماهی مصرف کنید و کمتر از گوشت قرمز استفاده نمایید
 - ❖ میوه و سبزیجات را در برنامه غذایی خود بگنجانید
 - ❖ وعده های غذایی خود را با حجم کم و دفعات زیاد تنظیم کنید