

بسم الله الرحمن الرحيم

آنچه را که بیماران مبتلا به نارسایی قلبی باید بدانند؟

نویسندگان:

اکرم منصوری

دارشناس ارشد پرستاری داخلی جراحی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز

دکتر شهرام براز

عضو هیئت علمی، ششک، پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز

مرضیه نجفوند زاده

عضو هیئت علمی، ششک، پرستاری و مامایی، دانشکده علوم پزشکی شوشتر

مبین صبری

دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری سرمه، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز



پاییز ۹۵

عنوان و نام پدیدآور	: آنچه را که بیماران مبتلا به نارسایی قلبی باید بدانند! / نویسندگان اکرم منصوری... [و دیگران]
مشخصات نشر	: اهواز : انتشارات علوم و فنون پزشکی اهواز، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۸ ص. : مصور.
شابک	: 978-600-7937-80-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: نویسندگان اکرم منصوری، شهرام براز، مرضیه نجفوند، زیاده بیان صابری پور.
موضوع	: نارسایی های قلبی -- پیشگیری
موضوع	: Heart failure -- Prevention
موضوع	: نارسایی های قلبی -- پرسش ها و پاسخ ها
موضوع	: Heart failure -- Questions and answers
شناخته افزوده	: منصوری، اکرم، ۱۳۶۱ -
رده بندی کنگره	: RC ۶۸۵ / ۸۱۲ / ۱۳۹۵
رده بندی دیویی	: ۶۱۶ / ۱۲۹
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۴۶۷۰۲



نام کتاب: آنچه را که بیماران مبتلا به نارسایی قلبی باید بدانند
نویسندگان: اکرم منصوری، شهرام براز، مرضیه نجفوند، زیاده بیان صابری پور
انتشارات: علوم و فنون پزشکی اهواز

قیمت: ۲۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

آدرس انتشارات: اهواز - امانیه - خیابان سقراط غربی جنب مجتمع صادرات - دادگستری - کوچه

خاکسار - پلاک ۱۲۰

اخطار!

هر گونه چاپ و تکثیر (اعم از: زیراکس، بازنویسی، ضبط کامپیوتری، تهیه CD) از محتویات این اثر بدون اجازه کتبی از مؤلف ممنوع است.

تلفن تماس: ۰۶۱-۳۳۳۶۲۸۹۳-۳۳۳۳۳۸۶۵

دورنگار: ۰۶۱-۳۳۳۶۴۵۶۸

نشانی اینترنتی: www.parsinbook.ir

پست الکترونیکی: olomofonon.pezeshki@gmail.com

فهرست

۱	تعریف نارسایی قلبی.....
۳	علایم و علت بیماری نارسایی قلبی.....
۶	آمادگی برای ویزیت پزشک.....
۱۰	روش های تشخیصی بیماری نارسایی قلبی.....
۱۵	طبقه بندی نارسایی قلبی.....
۱۷	درمان و داروهای مورد استفاده در نارسایی قلبی.....
۶۰	تغییر شش زنباری در درمان نارسایی قلبی.....
۶۴	سیگار و منسرات آن.....
۶۷	جراحی و دیگر اقدامات پزشکی در بیماری نارسایی قلبی.....
۷۰	عوامل تشدید کننده بیماری نارسایی قلبی.....
۷۱	تغذیه در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی.....
۸۲	فعالیت جنسی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی.....
۸۴	تأثیر ورزش در روند بهبود بیماران مبتلا به نارسایی قلبی.....
۸۸	آیا استرس می تواند حمله قلبی را موجب شود؟.....
۹۰	راهکارهای کاهش استرس در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی.....
۱۰۲	بیمار مبتلا به نارسایی قلبی باید در مورد چه آزمایشانی اطلاعات داشته باشد؟.....
۱۱۵	چگونه زمانی که تنها هستید از حملات قلبی نجات پیدا کنید؟.....
۱۱۶	بیماران مبتلا به نارسایی قلبی در سفر چه نکاتی را باید رعایت کنند؟.....
۱۲۳	تست ورزش.....
۱۲۸	هر آنچه که باید درباره آنژیوگرافی بدانید.....
۱۳۵	عوارض بیماری نارسایی قلبی.....
۱۳۷	منابع.....

پیشگفتار:

در طی سالیان اخیر، موفقیت های چشمگیر در زمینه کشف و ساخت انواع واکسن ها و داروها باعث شده است تا از میزان بیماری های واگیر و عفونی به عنوان علل اصلی مرگ و ناتوانی به ویژه در کودکان کاسته شود و با افزایش امید زندگی، جمعیت سالمندان افزایش یابد. این تغییرات در کنار استفاده روزافزون از فناوری و تغییرات سریع در سبک زندگی باعث شده است تا نسبت بیماری های غیرواگیر و مزمن افزایش یابد. و در صدر جدول علل مرگ و ناتوانی قرار گیرد.

بیماری های واگیر، مولا^۱ عامل مشخصی دارند و همین ویژگی سبب می شود تا پیشگیری و کنترل آنها آسانتر باشد. در حالی که در بیماری های غیرواگیر به جای یک علت مشخص، عوامل خطر حضور دارند. عوامل خطر شامل عوامل شناخته شده اجتماعی، محیطی و رفتاری هستند که خطر یا احتمال ابتلا به یک بیماری یا آسیب را افزایش می دهند. اکثر عوامل خطر اصلی در بیماری های غیرواگیر شناخته شده اند و حذف یا کنترل آنها می تواند مانع از بروز بیش از ۸۰ درصد بیماری های قلبی، سکته مغزی و دیابت و نیز ۴۰ درصد سرطان ها شود. مهم ترین عوامل خطر در بیماری قلبی عروقی عبارتند از: تغذیه نامناسب، حائج، فعالیت بدنی ناکافی، مصرف سیگار، فشارخون بالا، اختلال در چربی های خون، دیابت و سن بالا. خوشبختانه بیماری های غیرواگیر و به ویژه بیماری های قلبی عروقی به میزان قابل توجهی قابل پیشگیری هستند و با طراحی و اجرای مداخلات اثر بخش می توان مرگ ناشی از این بیماری ها را تا ۸۰ درصد کاهش داد. گروهی از عوامل خطر با اصلاح محیط و تغییر رفتار یا سبک زندگی فرد اصلاح می شوند (عوامل خطر قابل اصلاح) و دسته ای دیگر مانند سن، جنس، قومیت یا نژاد، را نمی توان با تغییر رفتار یا محیط اصلاح کرد (عوامل خطر غیر قابل اصلاح). از بین عوامل قابل اصلاح می

توان به مصرف دخانیات، فعالیت بدنی ناکافی و تغذیه نامناسب اشاره کرد که در بسیاری از برنامه های پیشگیری و کنترل بیماری های غیر واگیر، مورد توجه جدی قرار گرفته اند.

در ایران نیز بیماری های غیرواگیر مزمن و به ویژه بیماری های قلبی عروقی، بخش عمده ای از علل مرگ و ناتوانی را به خود اختصاص داده است. با توجه به جمعیت قابل توجه بیماران مبتلا به نارسایی قلبی و تأثیر گذاری آنان بر سایر گروه های جامعه، ارزش آنان و ارتقاء کیفیت زندگی این بیماران بسیار مهم می باشد. لذا نویسندگان این کتاب اقدام به تدوین این مجموعه آموزشی نموده، امید است گامی مؤثر در بازیابی، حفظ و ارتقای سلامت این بیماران برداشته شود.