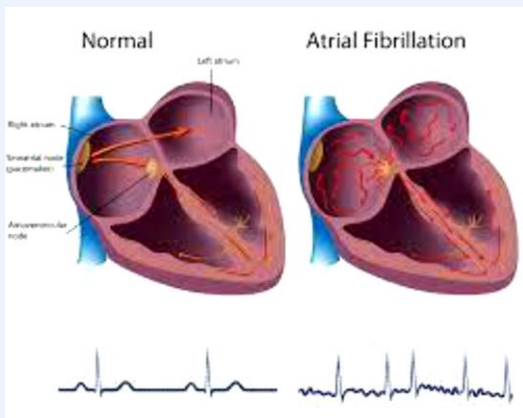


Atrial Fibrillation

نیازهای آموزشی بیماران فیبریلاسیون دهلیزی
آموزش علایم بیماری و علت بستری و درمان آن
مصرف صحیح داروهای ضدانعقاد و علایم مسمومیت با آن
اقدامات موثر در زمان بروز تپش قلب
شناخت علایم هشدار دهنده و عوارض بیماری و داروهای مصرفی
رژیم غذایی و تداخلات دارویی و غذایی با داروهای ضدانعقاد
خودمراقبتی در مصرف داروهای ضدانعقاد بخصوص وارفارین (چکاب منظم آزمایشات انعقادی، عوارض دارو و بهترین زمان مصرف و رژیم غذایی و ...)

فیبریلاسیون دهلیزی :



شما به دلیل نامنظمی در ضربان قلب بستری شده اید.

دراین عارضه یک پیام الکتریکی ناشی از فرمانده قلب با عبور از دهلیزها

(حفره های بالایی قلب) تسریع می شود و موجب لرزیدن حفرات فوقانی

قلب (دهلیزها) و انقباض سریع و نامنظم با سرعت ۴۰۰ تا ۶۰۰ ضربه در

دقیقه می شود.

علت بیماری :

این عارضه معمولا با افزایش فشارخون، بیماری های دریچه میترا، شریان کرونر، پریکارد، ریوی، کاردیومیوپاتی و غده تیروئید ارتباط دارد.

علائم بیماری :

مهم ترین علامت تپش قلب یا احساس ضربه سریع در داخل قفسه سینه که از چند ثانیه تا چند روز طول می کشد.

گاهاً علائمی مانند: سرگیجه، تعریق، تنگی نفس، اضطراب، خستگی زودرس، غش کردن و سنکوپ ممکن است بروز نماید.

عوارض بیماری :

احتمال بروز سکنه مغزی

فعالیت :

- ✓ در صورت داشتن استراحت مطلق و ممنوعیت خارج شدن از تخت، بدون اجازه از تخت خود خارج نشوید و اصرار به خروج از تخت ننمایید.
- ✓ در صورت استراحت نسبی برای خروج از بستر و اجازه پزشک، ابتدا مدتی در لبه تخت نشست و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و درد قفسه سینه تنگی نفس و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- ✓ در صورتی که باید با ویلچر به دستشویی بروید در زمان نیاز منتظر بمانید تا ویلچر را نزد شما بیاورند و به آرامی زمانی که پشت ویلچر توسط همراهان یا خدمات بخش گرفته شده است بروی آن بنشینید.

مراقبت :

- ✓ سیم های مانیتورینگ قلبی را به هیچ وجه از قفسه سینه جدا نکنید. این سیم ها ضربان قلب شما را در مانیتوری که در بالای سر شما و ایستگاه پرستاری وجود دارد نشان می دهد.
- ✓ در صورتی که به چیزی نیاز داشتید دکمه احضار پرستار را فشار دهید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.
- ✓ ممکن است برای شما از اکسیژن استفاده شود، جریان آن را دستکاری نکنید.
- ✓ در صورت تنگی نفس اطلاع دهید.
- ✓ اقداماتی از قبیل نوار قلب، تست های آزمایشگاهی، تست ورزش و ... جهت تکمیل درمان در صورت نیاز انجام می شود.
- ✓ در صورت داشتن درد: محل درد، انتشار درد، شدت درد، عاظم دیگر همراه با درد را به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ اجازه دهید پزشکان درمان شما را انجام دهند.
- ✓ از خود درمانی و مصرف دارو بدون تجویز پزشک خودداری نمایید.

رژیم غذایی :

۱. جهت خوش طعم کردن غذاها از آبلیمو و گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید.
۲. از مصرف غذاهای پرچرب مانند روغن و کره حیوانی، لبنیات پرچرب، کله پاچه، دل و چگر، سس های پرچرب (مایونز) و ... خودداری کنید.
۳. حداقل دو بار در هفته ماهی مصرف کنید و کمتر از گوشت قرمز استفاده نمایید.

۴. میوه و سبزیجات را در برنامه غذایی خود بگنجانید.
۵. مواد محرک مانند چای پررنگ یا کهنه دم (بعد از ۱۰ - ۱۵ دقیقه دم کردن چای، در صورت عدم جدا کردن تفاله چای از قوری، جای کهنه دم تلقی می شود) قهوه و نسکافه، شکلات، ادویجات تند و فلفل و ... را از برنامه غذایی حذف نمایید.

خودمراقبتی در منزل :

- ✓ از مصرف سیگار، مواد مخدر، مشروبات الکلی پرهیز کنید.
- ✓ از استرس روحی و فشار عصبی تا حد ممکن اجتناب کنید. برای آرامش بیشتر به پیاده روی و تفریحات مناسب بپردازید.

مصرف داروها :

- ✓ دارو را هر روز سر ساعت معینی بخورید.
- ✓ مصرف دارو، حتی در صورت احساس بهبودی، باید ادامه یابد. از قطع، کاهش و یا افزایش آن بدون مشورت با پزشک خود جداً خودداری نمایید.
- ✓ در صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض بیدارآوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا زمان مصرف نوبت بعدی ۴ ساعت باقی مانده باشد، از مصرف آن نوبت خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.
- ✓ آموزش در مورد داروها طبق دستور پزشک

وارفارین :

در صورتی که وارفارین مصرف می کنید :

- طبق دستور 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 کلینیک، پزشک را از مصرف این دارو مطلع نمایید.
- از کار کردن با وسایل تیز مثل تیغ و چاقو خودداری کنید.
- مراقب پوست خود باشید.
- اگر نصف قرص را مصرف کردید، باقیمانده قرص را میتوانید نگه دارید و در نوبت های بعدی مصرف کنید.
- در هنگام کار با ابزار تیز و برنده دقت بیشتری داشته باشید و از دستکش محافظ، استفاده کنید.
- به جای استفاده از تیغ برای اصلاح، از ابزارهای برقی استفاده کنید.
- از مسواک نرم استفاده کنید.
- از خلال دندان استفاده نکنید.
- در منزل از جوراب و یا کفشهای راحت استفاده کنید تا بدین وسیله پای خود را محافظت کنید. به عبارتی با پای برهنه در خانه راه نروید.
- جوش و زگیل در روی بدن خود را دستکاری نکنید.

علائم هشدار مصرف وارفارین :

❖ در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، ادرار خونی، مدفوع قیری، خونریزی شدید در قاعدگی، کبدی پوست، تب و لرز و خستگی، دل درد و شکم درد شدید و استفراغ خونی مصرف وارفارین را قطع کرده و به پزشک مراجعه کنید و از مصرف خودسرانه دارو بپرهیزید.

دیگوکسین :

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 معمولاً بهتر است صبح ها ناشتا خورده شود.
- اگر عادت دارید صبحانه نان برشته بخورید مراقب باشید دیگوکسین را حداقل ۲ - ۱ ساعت بعد 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 ۶۰ ضربه در دقیقه بود، آن را مصرف نکنید.
- در صورت فراموش کردن مصرف قرص دیگوکسین، تا چهار ساعت بعد از زمان مصرف فرصت دارید آنرا بخورید. در غیر اینصورت نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان برگردید و مصرف آن را در روز بعد دو برابر نکنید.

علائم هشدار مصرف دیگوکسین :

- ❖ 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 (۱/۵ کیلو در ۲۴ ساعت)، تپش قلب یا نبض کمتر از ۶۰ تا در دقیقه، 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.
- ❖ دیگوکسین را جدا از قرص های دیگر نگه دارید و آنرا با داروهای دیگر در یک ظرف مخلوط نکنید.

آمیودارون :

در صورتی که آمیودارون مصرف می کنید :

- بهتر است قرص را همراه با غذا مصرف کنید.
- قبل از مصرف حتماً نبض خود را کنترل کنید. در صورتیکه کمتر از ۶۰ ضربه در یک دقیقه بود، قرص را مصرف نکنید.
- در طی مدت درمان و چهار ماه پس از آن، از قرار گرفتن در معرض خورشید بپرهیز کنید.

پیگیری و مراجعه به پزشک :

- ✓ حتما هر ۳ تا ۶ ماه به متخصص ریه جهت معاینه مراجعه نمایید.
- ✓ داروهای خود را طبق دستور پزشک مصرف نموده و در زمان تعیین شده به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور انجام داده و به پزشک اطلاع دهید.

علائم هشدار هنگام ترخیص :

- ✓ در صورتی که هر یک از حالات زیر رخ داد، فوراً با ۱۱۵ تماس بگیرید یا به بیمارستان مراجعه نمایید:
- ✓ درد قفسه سینه
- ✓ تنگی نفس
- ✓ از دست دادن هوشیاری موقت و غش کردن
- ✓ احساس بی نظمی در ضربان قلب یا تند شدن ضربان قلب

چند نمونه تشخیص پرستاری در بیماران فیبریلسیون دهلیزی

❖ خطر بروز فشارخون ناپایدار	❖ تپش قلب
❖ خطر بروز کاهش خونرسانی بافت قلبی	❖ اضطراب و استرس بیش از حد
❖ اختلال در خونرسانی بافت محیطی	❖ الگوی خواب مختل شده
❖ خطر بروز اختلال در خونرسانی بافت محیطی	❖ کمبود آگاهی
❖ خطر اختلال در عملکرد قلبی عروقی	❖ اختلال در مراقبت در منزل
❖ آمادگی بیمار جهت افزایش اطلاعات	❖ خطر بروز ترومبوز و امبولی
❖ خطر ابتلا به یبوست	❖ خطر بروز خونریزی
❖ خطر بروز اختلال در خونرسانی بافت مغزی	❖ خطر کاهش تحمل فعالیت
❖ درد	❖ خطر بروز ترومبوآمبولی وریدی
	❖ الگوی تنفس ناموثر