

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

بیماریهای قلبی

مجید همتی
منیره میرزایی یزدی

انتشارات سیمرغ خراسان

۱۳۹۵

سرشناسه: میرزایی یزدی - منیره / همتی - مجید
عنوان و نام پدیدآور: بیماریهای قلبی/منیره میرزایی یزدی - مجید همتی
مشخصات نشر: مشهد، سیمرغ خراسان، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری: ۸۸ ص
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۱۴-۱-۱۰
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: درمان بیماری ها
موضوع پزشکی
رده بندی کنگره: ۱۳۹۵: ۸ ک ۱۳۴/ن۳۴/LB۳۰
رده بندی دیویی: ۳۷۱/۱۱۲۶
شماره کتابشناسی ملی: ۱۴۲۴۵۲۴

انتشارات سیمرغ خراسان

مشهد: بلوار امامت امامت ۲۳-پلاک ۱۶۶- تلفن ۰۹۱۵۷۰۰۱۰۳۰
www.simorghekhorasan.ir

نام کتاب: بیماریهای قلبی
گرد آوری: منیره میرزایی یزدی - مجید همتی
ناشر: سیمرغ خراسان
ویراستار: علی کریمی
طراح جلد و صفحه آرا: جواد حقیقت خواه
قطع: رقعی / ۱۳۹۵
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
چاپ: مدیران
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۱۴-۱-۱۰
قیمت: ۶۰۰۰ تومان

تقدیم به :

تمام انسانهایی که به سلامت جسم و روح
خویش را اهمیت می دهند و بهداشت روح
و جسم خویش را مراقبت می نمایند

فهرست

۱۱	مقدمه خط قرمز
۱۵	علائم بیماری قلبی را بشناسید
۱۵	۱- آنژین قلبی
۱۷	۲- ضعف و خستگی پذیری زودرس
۱۸	۳- تنگی نفس
۱۹	۴- سرگیجه
۲۰	۵- طپش قلب
۲۲	۶- تعریق
۲۳	۷- غش و یا ضعف کردن
۲۳	۸- ادم
۲۳	۹- سیانوز
۲۴	انواع ، علل ، علائم و نشانه های بیماریهای قلب و عروق
۲۵	انواع بیماریهای قلبی
۲۷	۱ - بیماریهای عروق کرونر قلب
۲۸	۲- بیماریهای عضله قلبی

- ۳- بیماری در تولید ضربان و ریتم قلب ۲۹
- ۴- بیماری‌های دریچه‌ای قلب ۳۰
- ۵- بیماری آندوکارد قلب (آندوکاردیت) ۳۰
- ۶- بیماری پریکارد قلب (پریکاردیت) ۳۰
- ۷- بیماری عروق بزرگ و اصلی قلب ۳۰
- ۸- بیماری‌های عروق محیطی قلب ۳۱
- ۹- بیماری‌های قلبی ثانویه ۳۱
- ۱۰- بیماری‌های مادرزادی قلب ۳۱
- ۱۱- پرفشاری خون ۳۲
- ۲۱- ایست ناگهانی قلب ۳۲
- علائم بیماری‌های قلبی عروقی ۳۲
- حمله قلبی چیست؟ ۳۳
- بیماری عروق کرونر ۳۴
- آریتمی (aimhtyhrrA) ۳۴
- کاردیومیوپاتی (yhtapoymoidraC) ۳۵
- نارسایی قلبی (eruliaF traeH) ۳۵

۳۶	نقص مادرزادی قلب (tcefeD traeh latinegnoC)
۳۶	نارسایی میترا (notiatigruger lartiM)
۳۷	آنژین (anignA)
۳۷	زندگی با بیماری قلبی
۳۷	درمان دارویی بیماری قلبی
۳۹	پیشگیری از بیماری های قلبی
۴۷	عوامل خطر غیر قابل تغییر
۴۸	عوامل خطر قابل تعدیل
۵۰	دیگر عوامل خطر
۵۰	کیفیت درد قلبی
۵۲	محل درد قلبی
۵۲	علائم شایع همراه درد قلبی
۵۲	علل درد قلبی
۵۴	عوامل خطر آفرین قلب
۵۴	تشخیص
۵۵	اقدامات درمانی اولیه

- ۵۶ اقدامات درمانی در بیمارستان
- ۵۸ علل کم اهمیت درد سینه
- ۵۹ علل اورژانسی درد سینه
- ۵۹ اثرات ورزش بر بیماری های قلبی
- ۶۰ اثرات ورزش در کاهش بیماری های قلبی و عروقی
- ۶۱ نکات بسیار مهم ورزشی در بیماران قلبی
- ۶۲ آیا استرس می تواند حمله قلبی را موجب شود؟
- ۶۳ تغذیه در بیماران قلبی باید چگونه باشد
- ۶۳ رژیم غذایی
- ۶۴ منابع غذایی کلسترول
- ۶۴ زرده تخم مرغ
- ۶۴ کره
- ۶۵ روغن حیوانی
- ۶۵ گوشت و امعاء و احشاء
- ۶۵ جگر
- ۶۵ دل و قلوه (قلب و کلیه)

۶۵	سیرابی و شیردان
۶۹	علائم بیماری های قلب و عروق
۶۹	خستگی
۶۹	تنگی نفس
۷۱	خستگی
۷۲	درد جلوی قفسه سینه
۷۴	طپش قلب
۷۵	نشانه های مهم بیماری قلبی
۷۶	عوامل خطر برای بیماریهای قلب و عروق
۷۷	بیماریهای کرونری قلب
۷۸	نشانه های مهم بیماری قلبی
۸۰	حوادث عروقی مغز (سکته مغزی)
۸۰	بیماری رگهای محیطی
۸۱	اصول پیشگیری از بیماری های قلب و عروق در افراد دیابتی

مقدمه خط قرمز

پیشگیری از ابتلا به بیماری و مراجعه به پزشک به منظور بررسی وضعیت بدن قبل از ایجاد بیماری، معمولاً کمتر مورد توجه قرار می‌گیرد و اکثر افراد پس از مشاهده علائم بیماری و زمانی که بیماری به مرحله خطرناک رسیده است به پزشک مراجعه می‌کنند. این مسئله در مردان شیوع بیشتری داشته و مطابق با آمار انجام شده، تعداد دفعات مراجعه آنها به متخصص در مقایسه با زنان کمتر است. توجه به علائم و مراجعه زود هنگام به پزشک پس از مشاهده بهترین راه برای تشخیص بیماری در مراحل اولیه است. به عقیده متخصصان، درصد زیادی از مردان به برخی علائم شایع که خبر از احتمال ابتلا به سرطان را می‌دهد، توجهی نمی‌کنند. این علائم عبارتند از:

نشانه های غیر عادی

اگر چه احتمال ابتلا به سرطان سینه در مردان، وجود ندارد، اما در صورت مشاهده هر گونه تغییر در شکل ظاهری سینه و بروز توده یا تغییر رنگ پوست و ترشحات غیر طبیعی باید به پزشک مراجعه شود. با افزایش سن، احتمال بروز درد در نواحی مختلف بویژه سر و کمر افزایش پیدا می‌کند. اما به عقیده متخصصان دردهای مزمن و شدید یا دردهایی که بطور ناگهانی، فرد را درگیر می‌کند، ممکن است، نشانه ابتلا به سرطان باشد و مراجعه زود هنگام به پزشک در این زمان ضروری است.

تب

بالا رفتن درجه حرارت بدن بدون علت، یکی دیگر از نشانه های ابتلا به سرطان بویژه سرطان خون است که بی توجهی به آن و مراجعه نکردن به متخصص، شانس تشخیص زودرس و درمان سریع را کاهش می دهد.

کاهش وزن

از دست دادن سریع بیش از ۱۰ درصد وزن بدن در مدت کوتاه بدون پیروی از الگوی غذایی لاغری، نیاز به مراجعه سریع به متخصص دارد.

افسردگی و درد شکمی

به عقیده متخصصان، ابتلا به سرطان با بروز نشانه های مختلفی همراه بوده که دو علامت، درد در ناحیه شکم و تغییر در حالت روانی، در بیماران مبتلا به سرطان های دستگاه گوارش شایع تر است. در صورتی که این تغییرات مزمن شده و با علامت دیگری مانند تغییر رنگ مدفوع به رنگ خاکستری همراه شود، بهتر است به پزشک مراجعه شود.

خستگی

خستگی از دیگر علائم شایع در مردان مبتلا به سرطان است. این علامت در صورتی که باننشانه های دیگر از جمله تب همراه باشد، ممکن است نشانه گسترش سرطان خون یا سرطان معده در مراحل اولیه باشد. به عقیده

پژوهشگران، خستگی های مزمن که پس از استراحت، رفع نشده و با دیگر نشانه ها همراه باشند، نیاز به بررسی دارند.

سرفه

سرفه از نشانه های ابتلا به بیماری های شایع ویروسی مانند آنفولانزا و آلرژی بوده و در برخی موارد از عوارض جانبی مصرف داروها به شمار می رود. سرفه های بدون علت و مزمن که بیش از سه تا چهار هفته طول بکشد، باید جدی گرفته شود و مراجعه به متخصص در این زمان ضروری است. سرفه های مزمن در بسیاری از موارد، از نشانه های ابتلا به سرطان یا دیگر بیماری ها مانند برونشیت مزمن یا برگشت اسید معده محسوب می شوند.

اختلال در عمل بلع

افرادی که هنگام بلع غذا در ناحیه گلو احساس درد یا ناراحتی می کنند، باید به پزشک مراجعه کنند. اختلال در قورت دادن مواد غذایی از نشانه های احتمال ابتلا به سرطان مری یا دیگر سرطانها است که باید جدی گرفته شود.

تغییر رنگ پوست

ایجاد جوش یا لک های بدون دلیل، تغییر رنگ پوست و بهبود نیافتن آن پس از درمانهای اولیه، خطرناک بوده و از نشانه های ابتلا به

سرطان پوست است. اکثر زنان پس از مشاهده کوچکترین تغییرات در پوست به پزشک مراجعه می کنند در حالی که این مسئله در مردان از اهمیت کمتری برخوردار است.

خونریزی

مشاهده خون در ادرار یا مدفوع بدون سابقه ابتلا به بیماری خاص، یا دفع خون از طریق دهان، باید جدی گرفته شود. در برخی موارد، این نشانه ها با بیماری هموروئید یا عفونت مثانه اشتباه گرفته شده، در صورتی که ممکن است نشانه ابتلا به سرطان مثانه یا روده بزرگ باشد.

دهان

لکه های سفید یا تغییر بزاز دهان، از نشانه های ابتلا به سرطان دهان بوده که در مردان سیگاری بیشتر مشاهده شده و مراجعه به پزشک در صورت ایجاد کوچک ترین تغییر ضروری است.

مشکلات روده و مثانه

با افزایش سن مشکلات دفع ادرار بیشتر مشاهده می شود. تکرر ادرار و از دست دادن توانایی کنترل آن از علائم شایع ابتلا به سرطان بوده که باید هرچه سریعتر آن را با متخصص در میان گذاشت.

مولفین

علائم بیماری قلبی را بشناسید

علائم و نشانه های بیماری از مهم ترین ابزارهای تشخیص در تمام بیماری از جمله بیماری های قلبی می باشد و پزشک با تکیه به شرح حال و معاینه دقیق و با استفاده از روش های تشخیصی پاراکلینیک مانند تست های خونی یا اکوکاردیوگرافی و تست ورزش آنژیوگرافی و ... جهت تأیید و اثبات یافته های بالینی و یا تکمیل اطلاعات مورد نیاز استفاده می کند. مهم ترین علائمی که میتوانند مربوط به بیماری های قلب و عروق باشند شامل موارد زیر است اما توجه فرمائید که این علائم الزاما ناشی از مسائل قلبی نیستند و تشخیص های افتراقی بسیاری دارند:

۱- آنژین قلبی

احساس درد و ناراحتی در قفسه سینه: اگرچه یکی از مهم ترین علائم تنگی سرخرگی عروق قلب احساس ناراحتی در قفسه سینه می باشد اما هرگونه ناراحتی در قفسه سینه الزاما ناشی از مسائل قلبی نیست. ناراحتی قفسه سینه در صورتی که ناشی از تنگی سرخرگ های قلب باشد، اصطلاحاً «آنژین قفسه صدری» نام داشته و مشخصات آن اینست:

- در اغلب موارد بصورت فشارنده و در ناحیه پشت جناغ می باشد.

- با فعالیت افزایش و با استراحت یا با مصرف قرص های زیرزبانی