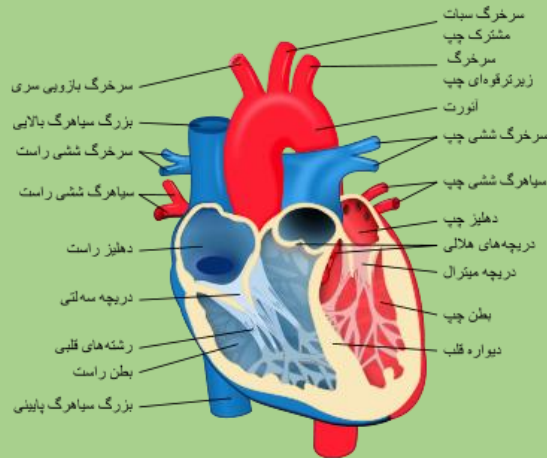


بیماری های شایع قلب و عروق و راه های درمان



بیماری دریچه ای قلب:

قلب ماهیچه ای که به عنوان پمپ عمل می کند و دارای ۴ حفره است : دهلیز چپ - دهلیز راست - بطن چپ - بطن راست.

همچنین قلب دارای ۴ دریچه است. وظیفه این دریچه ها کنترل خروج خون از هر چهار حفره می باشد، باعث میشود خون به عقب پس زده نشود و در مسیر درست هدایت شود. اگر دریچه کاملاً باز نشود یا سفت شود از جریان خون جلوگیری می کند. این عارضه تنگی دریچه نامیده می شود. بنابراین مسیر خون باریک شده و منجر به انسداد در جریان خون می شود. اگر دریچه کاملاً بسته نشود منجر به پس زدگی خون خواهد شد. این پدیده برگشت خون یا نارسایی دریچه نامیده می شود. تنگی دریچه و نارسایی دریچه باعث فشار اضافی بر قلب می شود.

علائم بیماری دریچه قلب:

علامت بیماری دریچه قلب، بسته به اینکه کدام دریچه و به چه میزان آسیب دیده، متفاوت است. افراد با مشکل دریچه قلبی متوسط ممکن است از نشانه های آن مطلع نشود یا نشانه ی کمی داشته باشند. به هر حال بیماری دریچه ای باعث فشار بر قلب می شود. بیماری دریچه قلب می تواند باعث ایجاد خستگی یا ناراحتی در قفسه سینه شود. فشار پشت دریچه های قلب می تواند باعث شود مایع به ریه ها وارد شود که باعث تنگی نفس و همچنین ورم کردن قوزک پاها شود.

تشخیص بیماری دریچه قلب :

بیماری دریچه قلب معمولاً با استفاده از شرح حال و معاینه تشخیص داده می شود. پزشک با گوشی طبی به صدای قلب شما گوش می دهد و در صورتی که صدای اضافی شنید احتمال می دهد که دچار ناهنجاری و اختلال دریچه قلبی هستید.

اقدامات زیر برای تشخیص بیماری دریچه قلب انجام خواهد شد :

* نوار قلب که ریتم و فعالیت الکتریکی قلب شما را ثبت می کند.

* رادیولوژی یا عکس قفسه سینه

* اکوکاردیوگرام که تصویر از قلب و ماهیچه ها را نشان می دهد. روش نهایی در تشخیص اختلال عملکرد دریچه ها است.

* آنژیوگرافی قلب بر اساس سن بیمار و صلاحدید پزشک که نحوه تأمین خون برای ماهیچه های قلب و تنگی شریان های قلب را نشان می دهد.

دلایل بیماری دریچه قلب :

بیماری های قلبی مادرزادی (متولد شدن با یک دریچه غیرنرمال)، تب رماتیسمی، بزرگ شدن قلب، بیماری عضله قلب (کاردیومیوپاتی)، بیماری های قلبی و عروقی، عفونت قلبی با اندوکاردیت

درمان بیماری دریچه قلب :

گزینه های اصلی و مهم برای درمان شامل سه مورد زیر هست:

۱- داروها

۲- جراحی دریچه که شامل تعویض یا ترمیم دریچه است

۳- ترکیبی از دارو با جراحی

چه نوع تعویض دریچه ای استفاده می شود؟

تشخیص اینکه کدام نوع دریچه برای بیمار انتخاب شود توسط پزشک و با مشاوره با بیمار تعیین می گردد. دو نوع اصلی تعویض دریچه وجود دارد : دریچه های مکانیکی و بافتی.

دریچه های مکانیکی، مصنوعی هستند. هرچند که این دریچه ها از مواد با کیفیت بالا ساخته می شود و دارای استاندارد بالایی می باشند. خطر دریچه مصنوعی، ایجاد لخته خون بر روی سطح دریچه می باشد. برای جلوگیری از این اتفاق شما باید داروی ضد انعقاد مصرف کنید. دریچه های مکانیکی کهنه نمی شوند و برای زمان طولانی استفاده می شوند. اگر شما دریچه مکانیکی دارید باید وارفارین مصرف کنید تا از تشکیل لخته خون بروی دریچه جلوگیری کند.

انواع مختلف دریچه بافتی وجود دارد (خوکی، گاوی و انسانی) و بیشترین نوعی که استفاده می شود، دریچه های خوکی هستند. بعد از کار گذاشتن این دریچه ها نیاز به داروی ضدانعقاد ندارید. البته ممکن است برای چند هفته اول بعد از عمل، داروهای ضد انعقاد توصیه شود و بعد از آن آسپرین مصرف کنید تا خطر لخته شدن خون کاهش یابد.

ضدانعقادها :

ضد انعقادها داروهایی هستند که رقیق کننده خون بوده و از لخته شدن خون جلوگیری می کنند. رایج ترین ضدانعقاد وارفارین نامیده می شود. افرادی که داروی ضد انعقاد مصرف می کنند لازم است تا آزمایش های منظم خون داشته باشند تا از میزان مصرف صحیح وارفارین مطمئن شوند. این آزمایش ها بسیار ضروری است. این دارو و از تشکیل لخته در رگهای خونی یا داخل حفرات قلب و یا روی دریچه های مصنوعی جلوگیری می نماید. مصرف دقیق وارفارین توسط پزشک

شما بر اساس علت بیماری، وزن و بیماری های همراه تجویز میشود. مصرف بیش از حد نیاز آن موجب خونریزی در قسمت های مختلف بدن می شود و در صورتی که مقدار آن ناکافی باشد خطر ایجاد لخته شما را تهدید خواهد کرد.

مراقبت های مخصوص بیماران دریچه ای :

افرادی که تحت عمل تعویض یا ترمیم دریچه قرار می گیرند هرگونه عمل جراحی و حتی اعمال دندانپزشکی می تواند باعث عفونت دریچه گردد. قبل از هر نوع عمل جراحی، جهت استفاده از آنتی بیوتیک با پزشک معالج مشورت کنید.

- بعضی از بیماران دریچه ای با دستور پزشک قرص دیگوسین مصرف می کنند. هر روز نبض خود را کنترل کنید و اگر نبض شما کمتر از ۶۰ بود و یا در صورتی که علائمی مانند حالت تهوع، استفراغ و ضعف و بی حالی شدید داشتید پزشک خود را مطلع کنید. ممکن است دچار مسمومیت با دیگوسین شده باشید. (جهت آشنایی با داروی دیگوسین و عوارض آن به صفحه مراجعه کنید).

- برای مسواک زدن از مسواک نرم استفاده شود تا لته شما خونریزی نکند.

- کسانی که دریچه آنها ترمیم شده یا از دریچه بافتی (حیوانی) استفاده شده به مدت ۳ ماه و کسانی که دریچه فلزی دارند؛ مادام العمر باید داروی وارفارین استفاده کنند. مصرف این دارو نیاز به آزمایش کنترل (PT و INR) دارد که اوایل بعد از عمل هر روز و بعد از آن هر ۲ تا ۳ روز و بعد از آن، هر هفته و بعد از اینکه کاملاً تنظیم شد هر یک ماه انجام می شود. فواصل انجام آزمایشات توسط پزشک مشخص می شود در صورتی که به تازگی مصرف وارفارین را شروع کرده‌اید یا میزان داروی شما به تازگی تغییر پیدا کرده می‌بایست هر هفته به انجام آزمایش مبادرت نمایید اما در صورتی که به مدت ۳ هفته آزمایش شما در محدوده مورد نظر بوده و میزان دارویتان در این مدت ثابت بوده است باید ماهیانه آزمایش لازم را انجام دهید. فراموش نکنید که در هر حال زمان انجام آزمایش توسط پزشک شما معین می شود.

- احتمال خونریزی در مصرف طولانی مدت با این دارو زیاد است در صورت بروز علائم زیر پزشک خود را مطلع سازید:
ادرار خونی یا قهوه ای رنگ - مدفوع سیاه یا قرمز روشن - خونریزی از بینی یا لته ها - خلط یا بزاق خونی - غش - درد و تورم شکم - سردرد شدید و مداوم - خارش پوست - وجود لکه های خون مردگی روی هر قسمت بدن - افزایش کبودی - وجود خون در ادرار - درد و تورم شکم - وجود خون در مدفوع - سفتی و تورم مفاصل - سرفه خونی - خونریزی بیش از حد عادت ماهیانه

- وارفارین، باید بطور منظم در ساعت معین و ترجیحاً عصرها و با شکم خالی مصرف شود با توجه به اینکه غذا ممکن است بر جذب دارو تأثیر بگذارد، دارو را نیم ساعت قبل یا یک ساعت بعد از غذا مصرف کنید.

- هرگز مصرف قرص خود را فراموش نکنید اگر زمان مصرف دارویتان بیش از ۸ ساعت نگذشته باشد بلافاصله دارویتان را مصرف کنید. اگر دارو را یک روز فراموش کردید با مشورت پزشک خود، بدون تغییر مقدار آن مصرف کنید. اگر چند روز فراموش کردید به هیچ عنوان خودسرانه مجدد شروع نکنید. دارو را هرگز بطور خودسرانه قطع یا کم و زیاد نکنید. اگر یک روز مصرف وارفارین را فراموش کردید مصرف روز بعد را ۲ برابر نکنید.

- مصرف بعضی از داروها ممکن است با اثر وارفارین تداخل داشته باشد. خصوصاً داروهای هورمونی مثل قرص ضدبارداری، آنتی بیوتیک ها، بعضی مسکن ها، کلیه مولتی ویتامین ها و ویتامین کا. لذا در صورت نیاز به مصرف هر داروی دیگر همراه وارفارین با پزشک خود مشورت کنید.

- مصرف وارفارین در اشخاص مختلف متفاوت است لذا هیچ گاه مقدار مصرفی خود را با دیگران مقایسه نکنید و به دیگری توصیه نکنید.

- از ورزش های سنگین و کارهای خطرناک مانند بوکس که احتمال آسیب و خونریزی دارد پرهیز کنید. یادتان باشد که در صورت بریدگی، خون شما دیرتر از زمان عادی لخته میشود.
- کسانی که قرص آهن یا فروس سولفات مصرف می کنند ممکن است مدفوعشان سیاه رنگ شود که نشانه خونریزی داخلی نیست.
- دریچه مصنوعی فلزی صدادار هستند و اوایل بعد از عمل برای بیمار و حتی شخصی که کنار بیمار می خوابد آزاردهنده است ولی این صدا به تدریج کم می شود و فرد نیز به آن عادت می کند. اگر زمانی متوجه شدید که دریچه ی قلب صدا نمیدهد فوراً به پزشک مراجعه کنید زیرا ممکن است دریچه قلب دچار اختلال حرکت شده باشد.
- خانمها تا ۶ ماه بعد از عمل قلب بایستی پیشگیری از بارداری داشته باشند. اگر بعد از ۶ ماه تصمیم گرفتید باردار شوید، حتماً با پزشک معالج مشورت کنید. در دوران بارداری، داروی جایگزین وارفارین داده می شود. زیرا وارفارین سبب بروز عوارض در مادر و جنین می شود.
- اگر جراحی، درمان دندانپزشکی و یا سایر اقدامات تهاجمی داشتید، وارفارین با نظر پزشک معالج شما موقتاً قطع می شود و ممکن است درمان با داروی ضدانعقادی دیگر شروع شود از این رو قبل از هر اقدامی پزشک خود را مطلع کنید چرا که در خطر خونریزی قرار دارید
- اگر دچار هرگونه ضربه شده اید (مثلاً تصادف یا زمین خوردن) به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید اگر دچار خونریزی کم باشید (مثلاً خونریزی از بینی یا لثه ها که ظرف چند دقیقه متوقف می گردد) به مرکز درمانی مراجعه و INR خود را چک کنید.
- اگر دچار خونریزی زیاد بودید (مثلاً استفراغ خونی یا خون دماغی که بند نمی آید) به نزدیکترین اورژانس موقعیت خود مراجعه نمایید این خود علامتی از یک مشکل جدی است.
- مصرف سیگار ممکن است عوارض وارفارین را تشدید نماید اگر سیگاری هستید بهتر است از همین امروز سیگار را ترک کنید در غیر این صورت مصرف روزانه سیگار شما باید معین باشد.
- تب، اسهال و قرار گرفتن طولانی مدت در معرض هوای گرم ممکن است موجب تشدید اثرات وارفارین شود.

- رژیم غذایی و وارفارین

برخی از مواد غذایی می توانند میزان اثر وارفارین را بر بدن شما تغییر دهند غذایان که میزان بالایی از ویتامین K داشته باشند اثر وارفارین را کاهش می دهند نکته ای که بسیار مهم است اینکه ممکن است بعضی از این مواد غذایی جزء رژیم غذایی روزانه شما باشند در این صورت اگر شما تقریباً روزانه این مواد غذایی را به همان مقدار روزهای دیگر مصرف نمایید تأثیری در مقدار داروی مورد مصرف نیاز شما نخواهد گذاشت اما اگر این مواد را در یک هفته در مقادیر زیاد مصرف کنید و هفته دیگر مصرف نداشته باشید میزان نیاز شما ممکن است بسیار متغیر باشد پس سعی نمایید این مواد غذایی را با نظم و متعادل مصرف کنید زیر می تواند باعث غلیظ شدن خون و کاهش مقدار PT و INR شوند مثل کاهو، کلم، گل کلم، چای سبز، کلم پیچ، کلم شنگ، اسفناج، جعفری، شلغم، بروکلی، جگر، سویا، باقلا، پوست خیار، انبه، روغن آفتابگردان و سویا و گشنیز که مقادیر قابل توجهی از ویتامین K دارند.

گریپ فروت و سیر اثر رقیق کنندگی وارفارین را تشدید می نماید و از این لحاظ نیز بسیار مؤثر است فلذا مصرف آن چه به شکل قرص چه به شکل غذایی باید با احتیاط صورت گیرد پس شما می توانید از همه این مواد غذایی استفاده نمایید به شرط آنکه متوسط میزان مصرف شما در طول هر هفته برابر باشد.

داروها و وارفارین

بسیاری از داروها با وارفارین تداخل داشته ممکن است اثر آن را کم و زیاد نمایند. ملین ها مثل سنا یا روغن کرچک اثرات وارفارین را تغییر خواهند داد. اکثر مسکن ها با عث طولانی تر شدن اثر وارفارین می شود بعضی آنتی بیوتیک ها مثل اریترومايسين بر روی وارفارین اثر تشدید کنندگی دارد. داروهای مولتی ویتامین قوی که ممکن است ویتامین K بالا داشته باشد اثر وارفارین را کاهش خواهند داد. بطور کلی برخی آنتی بیوتیک ها، مسکن ها، داروهای ضدالتهابی، داروهای ضدصرع، ضدافسردگی، ضدپلاکت، ضد دیابت، ضدچربی، ضدنقرس، داروهای گوارشی، داروهای ضدقارچ و نیز داروهای گیاهی ممکن است سبب بالا رفتن و پایین آمدن بیش از حد سطح دارو در بدن شود لذا مصرف این داروها زیر نظر پزشک معالج باشد.

آموزش به بیمار

- ۱- سعی کنید داروی خود را همیشه از یک کارخانه داروسازی تهیه کنید و به دوز دارو توجه داشته باشید که بطور معمول قرص های ۵ میلی گرم تجویز شوند.
 - ۲- قرصهای وارفارین دور از نور و رطوبت نگهداری شود.
 - ۳- به محض اطلاع از بارداری وارفارین با صلاحدید پزشک مصرف شود.
 - ۴- در صورت تزریق واکسن آنفلوآنزا اثر وارفارین یاد می شود، تا یک ماه پس از تزریق واکسن خطر خونریزی وجود دارد.
 - ۵- بدون تجویز پزشک از آنتی اسیدها - آنتی هیستامین ها و آسپرین استفاده نکنید.
 - ۶- درد ناحیه شکم اطلاع داده شود زیرا ممکن است نشانه اولیه خونریزی در ناحیه شکم یا روده ها باشد.
 - ۷- در طول مدت مصرف وارفارین، تزریق عضلانی ممنوع است زیرا سبب خونریزی و خونمردگی می شود.
 - ۸- تزریق وریدی و یا خونگیری بلامانع است و تعیین محل تزریق وریدی و یا خونگیری را با فشار مستقیم انگشت حداقل به مدت ۱۰ دقیقه نگه دارید.
- به یاد داشته باشید هنگام مراجعه به پزشک این سه سوال را بپرسید :
- تا چه مدت این میزان وارفارین ادامه یابد؟
- آزمایش PT چه تاریخی چک شود؟
- آزمایش INR – PT در چه محدوده ای حفظ شود؟

برای خواندن مطالب بیشتر کتاب مسیر سلامت قلب را از کتابراه دریافت کنید.