



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

آترواسکلروتیک قلبی چیست و چگونه درمان می شود؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش اورژانس

تدوین: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۳۴۹۰۰-۰۱۳

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T19-AC-10

آتروپلاستی و فنر (استنت)

اگر گرفتگی رگ زیاد باشد، پزشک از این روش استفاده می کند

با استفاده از یک بالن کوچک، راه رگ باز شده و یک فنر (استنت) در آنجا قرار داده می شود تا رگ باز بماند. (این روش نیاز به شکافتن قفسه سینه ندارد).

عمل قلب باز (جراحی بای پس)

در مواردی که تعداد رگ های گرفته زیاد باشد یا محل گرفتگی حساس باشد، جراحی انجام می شود: جراح یک رگ سالم را از پای شما یا داخل قفسه سینه برمی دارد.

یک مسیر فرعی (مثل یک جاده کمربندی) ایجاد می کند تا خون بتواند بخش مسدود شده را دور بزند و به قلب برسد.



در صورت مشاهده این موارد، سریعاً با پزشک

یا اورژانس تماس بگیرید:

۱. درد یا فشار در قفسه سینه (حسی مثل سنگینی وزنه).
۲. تنگی نفس غیرعادی هنگام فعالیت.
۳. احساس درد در فک، گردن یا دست چپ.
۴. خستگی مفرط که با استراحت خوب نمی شود.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل

با شماره تماس ۳۴۹۰۰-۰۱۳ داخلی بخش مربوطه تماس

حاصل نمایید.

منبع: پرونر سودارث قلب و عروق ۲۰۲۰

مسیر درمان قلب شما (از دارو تا جراحی)

پزشک شما با توجه به میزان گرفتگی رگ ها، یکی از مسیرهای زیر یا ترکیبی از آنها را برای درمان انتخاب می کند:

اصلاح سبک زندگی (مهم ترین قدم)

این بخش پایه درمان است. حتی اگر جراحی کنید، بدون این کار رگ ها دوباره بسته می شوند:

- تغذیه: حذف روغن های جامد و نمک؛ مصرف بیشتر سبزیجات و ماهی.
- فعالیت
- ترک سیگار

درمان دارویی (نگهبانان رگ)

داروها برای کنترل وضعیت و جلوگیری از سکتة هستند:

- قرص های چربی (استاتین ها): برای پاکسازی رگ ها و جلوگیری از رسوب جدید.
- قرص های رقیق کننده (مثل آسپرین): برای اینکه خون راحت تر از مسیرهای تنگ عبور کند و لخته نشود.
- نکته مهم: هیچ دارویی را بدون مشورت پزشک قطع نکنید.

چه کارهایی «باید» انجام دهید؟

برای اینکه رگ‌های شما باز بمانند، این ۴ قدم را بردارید:



داروهایتان را نامنظم مصرف نکنید: حتی اگر احساس بهبودی دارید، قرص‌های ضدچربی و رقیق‌کننده خون (مثل آسپرین یا آتورواستاتین) را قطع نکنید.



بشقاب غذای سالم: نیمی از بشقاب را با سبزیجات پر کنید. مصرف نمک و روغن‌های جامد را به حداقل برسانید.



پیاده‌روی روزانه: روزی ۳۰ دقیقه پیاده‌روی سبک (در حدی که کمی ضربان قلب بالا برود اما بتوانید حرف بزنید) معجزه می‌کند.



خداحافظی با سیگار: سیگار دشمن شماره یک رگ‌های قلب شماست.

دیابت (قند خون بالا): قند بالا به مرور زمان باعث التهاب و تخریب رگ‌های بزرگ و کوچک می‌شود.



کم‌تحرکی: وقتی فعالیت بدنی نداریم، بدن نمی‌تواند چربی‌های اضافه را بسوزاند و این چربی‌ها در رگ‌ها انبار می‌شوند.

تغذیه ناسالم: مصرف زیاد نمک، روغن‌های جامد، فست‌فود و شیرینی‌ها سرعت رسوب‌گذاری را چندین برابر می‌کند.

چرا این موضوع مهم است؟

اگر رگ قلب بیش از حد تنگ شود:

- خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد.
- باعث درد قفسه سینه می‌شود.
- ممکن است باعث سکته قلبی شود.

آترواسکلروز (رسوب در رگ‌های قلب) چیست؟

رگ‌های قلب شما مثل لوله‌های آب هستند. با گذشت زمان، چربی‌ها و مواد زائد مثل «رسوب» به دیواره این لوله‌ها می‌چسبند. به این اتفاق آترواسکلروز می‌گویند. این رسوب‌ها باعث تنگ شدن رگ و سخت شدن عبور خون می‌شوند.

چرا رگ‌های قلب رسوب می‌گیرند؟

چربی خون بالا: کلسترول بد (چربی مضر) مثل گل و لای در دیواره رگ‌ها می‌نشیند و راه خون را می‌بندد.

فشار خون بالا: فشار زیاد خون، به دیواره داخلی رگ‌ها آسیب می‌زند و باعث می‌شود چربی‌ها راحت‌تر به دیواره زخمی بچسبند.

مصرف سیگار و قلیان: مواد سمی موجود در دود، باعث سفت شدن رگ‌ها و آسیب به دیواره آن‌ها می‌شود.

