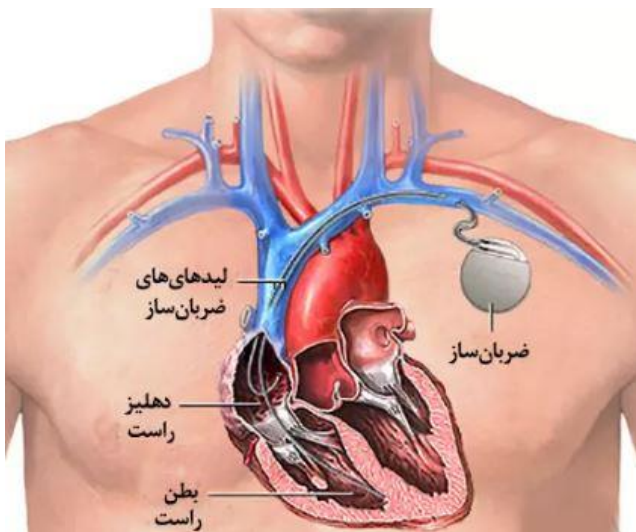




بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

چگونه پس از گذاشتن ضربان ساز از خود مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش پست آنژیوگرافی

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۳۴۹۰۰-۰۱۳

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T13-AC-08

زندگی با ضربان ساز چگونه است:

بیمار پس از ترخیص از بیمارستان باید به طور مرتب ارزیابی شود. تا بهبودی کامل محل کاشت ضربان ساز، ارزیابی با فاصله زمانی کمتر طبق نظر پزشک انجام می گیرد، سپس ارزیابی ها هر ۳ تا ۶ ماه با نظر پزشک صورت خواهد گرفت. پزشک جهت بررسی، قسمت برنامه ریز دستگاه را ارزیابی می نماید، برنامه ریز اطلاعاتی درباره فعالیت ضربان ساز و نیز عمر باتری دارد. که پزشک می تواند در صورت لزوم برنامه ضربان ساز را تغییر دهد. هرگاه باتری شروع به ضعیف شدن نماید ضربان ساز آهسته تر کار می کند ولی هیچ گاه به طور ناگهانی قطع نمی شود. هشدار دستگاه جهت نیاز به تعویض باتری می تواند به صورت یک تکانه های کوچک باشد که در صورت بروز، جهت تعویض باتری باید به مطب مراجعه نمایید که با یک عمل جراحی کوچک امکان پذیر خواهد بود.

پیگیری و ویزیت مجدد:



- ویزیت های منظم را انجام دهید.
- یک هفته بعد از ترخیص، جهت بر داشتن بخیه ها و کنترل دستگاه، به مطب پزشک مراجعه کنید.
- در ماه اول هر هفته به مطب پزشک یا درمانگاه مراجعه نمایید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های

منزل با شماره تماس ۳۴۹۰۰-۰۱۳ داخلی بخش

مربوطه تماس حاصل نمایید.

منبع: برونر سودارث قلب ۲۰۲۰ - راهنمای پیشگیری و درمان بیماری های قلبی و عروقی/د. اکبر نیک پژوه - هندیوک آموزش بیمارام کانایو

- شماره همراه یکی از بستگان خود را همیشه در جیب خود به همراه داشته باشید.
- از مصرف سیگار و قلیان پرهیز کنید و در معرض دود آنها قرار نگیرید.
- الکل مصرف نکنید.



رعایت رژیم غذایی:

- رژیم غذایی کم نمک و کم چرب را رعایت نمایید.
- رژیم غذایی پر فیبر شامل میوه و سبزیجات به میزان کافی روزانه مصرف نمایید.
- در صورت دیابتی بودن، رژیم خاص خود را جهت کنترل دقیق قند خون رعایت نمایید.

در صورت بروز علائم هشدار زیر سریعاً با پزشک تماس بگیرید یا به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید:



- تنگی نفس
- سر گیجه
- ضعف یا خستگی مداوم
- سسکه های طولانی
- تپش قلب
- ورم پاها، ساق، بازو ها و مچ ها
- احساس ناراحتی و درد شدید قفسه سینه
- تب بالا

مراقبت‌های بعد از گذاشتن ضربان‌ساز قلبی در منزل :



مصرف داروها:

- ممکن است پزشک داروهای ضد آریتمی را برای شما تجویز نماید.
- داروهای خود را بشناسید.
- دارو را منظم مصرف کنید و از قطع ناگهانی داروها بدون نظر پزشک خودداری کنید.
- در صورت بروز هرعارضه دارویی با پزشک خود مشورت نمایید.



میزان و محدوده فعالیت:

- از باز کردن (دورکردن) دست از بدن در سمتی که پیس میکر گذاشته شده تا چندین روز خودداری کنید.
- به تدریج که احساس بهبودی کردید، فعالیت‌های عادی روزمره خود را از سر بگیرید.
- از بلند کردن اجسام بیش از (۲/۵ - ۵) کیلوگرم در ۶ هفته اول باید خودداری نمایید.
- از انجام فعالیت‌های شدید (فوتبال، بوکس و...) یا حرکت بازوی خود در سمتی که ضربان‌ساز قرار داده شده است خودداری کنید.
- درمورد شروع فعالیت جنسی خود از پزشک مشورت بگیرید

مراقبت از زخم :



- قبل از ترخیص از بیمارستان پانسمان محل پیس تعویض می شود، تا زمان مراجعه به مطب پزشک (یک هفته تا ده روز بعد) پانسمان برداشته نشود.
- در صورت نیاز به حمام کردن به محل پیس میکر و پانسمان آب نرسد و خیس نشود.
- ازدستکاری پیس میکر خودداری نمایید. زیرا ممکن است سبب اختلال در کار دستگاه گردد.
- از پوشیدن لباس‌های تنگ که باعث فشار زیاد به محل پیس و دستگاه می شود اجتناب نمایید و از پانسمان محکم روی زخم خودداری نمایید.

سایر مراقبت‌ها:

- از قرار گرفتن در معرض میدان‌های الکتریکی با ولتاژ بالا و میدان‌های مغناطیسی به دلیل اختلال در کار کرد دستگاه خودداری کنید.(مانند ماکروفر، رسیور ماهواره گوشی موبایل و...)
- امواج الکترو مغناطیس ایجاد شده توسط وسایل خانگی اغلب روی کار کرد دستگاه اثری ندارند. در صورتی که هنگام استفاده از هر گونه وسیله برقی احساس تپش قلب یا سبکی سر یا گیجی کردید از وسیله مورد نظر دور شوید.
- انجام سی تی اسکن یا عکس برداری ، ماموگرافی و سونو گرافی و استفاده از وسایل دندان پزشکی بی خطر هستند.
- از نزدیک شدن به دستگاه جوشکاری،چمن زنی خودداری نمایید.

- دستگاه ام آر آی موجب اختلال در کار دستگاه می شود در صورت نیاز به ام آر آی پزشک خود را در جریان قرار دهید.
- انجام سنگ شکن، رادیو تراپی، الکترو کوتری و انجام هر گونه عمل جراحی باید با نظر و مشورت پزشک انجام گیرد.
- از ماشین ریش تراش برقی استفاده نکنید.
- هنگام استفاده از تلفن همراه، بهتر است با فاصله ۱۵ سانتی متری و از گوش سمت مخالف نسبت به محل قرار گیری دستگاه ضربان‌ساز استفاده کنید.
- هنگام مراجعه به فرودگاه کارت شناسایی مربوط به دستگاه را نشان دهید. قاب فلزی دستگاه موجب به صدا در آمدن زنگ خطر این سیستم ها می شود پرسنل حراست را از وجود دستگاه آگاه کنید.
- هنگام مسافرت با هواپیما از نشستن نزدیک بال هواپیما و محل آماده کردن غذا خودداری نمایید.
- موقع ورود و خروج به فروشگاه‌هایی که سیستم ایمنی دارند به آرامی از آنها عبور کنید و نزدیک و یا کنار آنها توقف نکنید. در صورت بروز ناگهانی و بی نظمی و تپش قلب سریعاً از محل دور شده و مسئولین فروشگاه را مطلع نمایید.
- رادیو گرافی (عکس با اشعه ایکس) ساده روی ژنراتور پیس میکر اثری ندارد.
- کارتی را همیشه همراه داشته باشید که در آن نام پزشک، نوع و شماره مدل پیس میکر، نام کارخانه سازنده، سرعت پیس میکر و بیمارستانی که در آن پیس میکر را کار گذاشته اند، ثبت شده باشد.