



## تاکیکاردی

### تعریف بیماری

- ❖ تاکی کاردی به ضربان قلب بالادر حالت استراحت بیش از ۱۰۰ بار در دقیقه گفته می شود . وقتی قلب خیلی سریع می تپد، خون کمتری پمپاژ می کند. در نتیجه جریان خون به بقیه بدن از جمله قلب کاهش می یابد. همچنین وقتی ضربان قلب سریع تر می شود، ماهیچه های قلب به اکسیژن بیشتری نیاز دارند. با گذشت زمان، در صورت کمبود اکسیژن حمله قلبی پدید می آید. شروع حملات به صورت ناگهانی بوده و بعد از چند دقیقه تا چند ساعت به صورت خود به خود یا با درمان دارویی در بیمارستان به صورت ناگهانی قطع می شوند. تعداد این حملات متفاوت بوده و ممکن است از یک بار در سال یا چند بار در روز متغیر باشد.
- ❖ افراد مبتلا به این نوع ضربانها معمولاً قلب و عروق سالم دارند و ایجاد این ضربان ها تنها مشکل آنهاست. البته همانند سایر افراد در معرض ابتلا به سایر بیماریهای قلبی از جمله انسداد عروق کرونری هستند.

### علائم

- شروع و ختم افزایش ضربان ها و حمله معمولاً ناگهانی است.
- تعریق
- نبض سریع
- درد قفسه سینه
- گیجی
- سرگیجه
- فشار خون پایین
- سبکی سر
- تپش قلب
- تنگی نفس
- ضعف ناگهانی
- غش کردن و از دست دادن هوشیاری

### علل شایع

- ✓ واکنش به داروهای خاص (مسمومیت با دیگوکسین)
- ✓ بی نظمی های مادرزادی قلب
- ✓ مصرف بیش از حد الکل یا کافئین، استفاده از کوکائین یا سایر مواد مخدر تفریحی
- ✓ تومورها یا عفونت ها
- ✓ فشار خون بالا
- ✓ سیگار کشیدن
- ✓ خستگی
- ✓ خونریزی شدید
- ✓ استرس جسمی و روانی، از جمله : اضطراب و هیجان
- ✓ جراحی قلب
- ✓ اختلالات دریچه ای و بیماری دریچه میترا
- ✓ بیماری روماتیسمی قلب
- ✓ بیماری انسدادی مزمن ریه
- ✓ سکتة قلبی
- ✓ بزرگ شدن دهلیزها



## تاکیکاردی

### تشخیص

- نوار قلب
- تشخیص توسط خود بیمار با احساس تپش قلب

### عوارض احتمالی

- ✓ لخته شدن خون
- ✓ نارسایی قلبی، انسداد عروق کرونر
- ✓ غش
- ✓ مرگ ناگهانی

### خود مراقبتی

- پیروی از یک رژیم غذایی سالم (رعایت رژیم غذائی کم نمک و کم چرب)
- ورزش منظم (روزانه نیم ساعت پیاده روی منظم)
- کاهش استرس و اضطراب (از راهکارهایی مانند مدیتیشن و یوگا، نفس عمیق، ورزش های سبک، گوش دادن به موسیقی و مطالعه به منظور کنترل و مدیریت استرس و اضطراب خود استفاده کنید.)
- از خوردن و نوشیدن شکلات، قهوه، چای، نوشابه، نوشیدنی های انرژی زا، مشروبات الکلی و یا قرص های مکمل خودداری کنید.
- از استعمال سیگار و مواد مخدر اجتناب کنید.
- به میزان کافی استراحت داشته باشید.
- از فعالیت های شدید و خسته کننده اجتناب کنید.
- در صورت وجود تپش قلب، مانور والسالوا (گرفتن بینی و دهان و سپس خارج کردن هوا با فشار) را با نظر پزشک انجام دهید.
- از مصرف خودسرانه دارو اجتناب کنید. (مصرف دارو در زمان مشخص و طبق دستور پزشک و در صورت تجویز پزشک، داروهایتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید.)
- جلسات ملاقات با پزشکتان را به طور منظم دنبال کنید.

### در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ❖ تپشهایی که مداوم نیستند و تنها چند ثانیه طول می کشند، معمولاً به معاینه نیاز ندارند. اگر بیمار سابقه ی بیماری قلبی دارد و دچار تپشهای مکرر هست یا این تپش ها با مرور زمان بدتر می شوند، به پزشک مراجعه کند.
- ❖ اگر تپشهای قلب با موارد زیر همراه هستند، بلافاصله به پزشک مراجعه شود:
  - ✓ درد یا ناراحتی قفسه ی سینه
  - ✓ ضعف
  - ✓ تنگی نفس شدید
  - ✓ سر گیجه ی شدید
  - ✓ گر گرفتگی صورت
  - ✓ بالا بودن تعداد نبض بیشتر از 100 تا در دقیقه
  - ✓ تاری دید

<ul style="list-style-type: none"> <li>• آموزش به مددجو (راهنمایی برای مراقبین سلامت) – 1398</li> <li>• کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش CCU و POST CCU</li> <li>• منابع: Mayo clinic, WebMD, ClinicalKey</li> <li>• Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018</li> </ul>	<p>تایید کننده: اعظم چراغی (مدیریت پرستاری)</p>	<p>تهیه کننده: زکیه مظاهری (سوپر وایزر آموزش سلامت)</p>
<p>کد پمفلت: A.H/ PE/ CW/ 04</p>		