



فیبریلاسیون دهلیزی (نامنظمی ضربان قلب)

تعریف بیماری

قلب انسان از دو دهلیز و دو بطن تشکیل شده است. تحریک عضله قلب توسط مرکزی در دهلیز بنام گره پیش آهنگ انجام می گردد و موجب تخلیه خون جمع شده از اندام ها به بطنها و سپس به کل بدن و شش ها می شود. زمانی که سلولهای عضلانی دهلیز به صورت نامنظم و با سرعت بالا یعنی حدود 600 بار تحریک شوند، در نتیجه انقباض منظم دهلیزی وجود ندارد و دهلیزها فرصتی برای انقباض مؤثر نداشته و عملاً ساکن می باشند و نمی توانند خون را بطور کامل به بطنها تخلیه کنند پس خونی که از قلب خارج می شود کاهش می یابد، تانیا ضربان های بطن که از دهلیزها تبعیت می کند، نیز نامنظم و ناکارآمد می شوند. به این بیماری فیبریلاسیون دهلیزی گفته می شود که بسیار شایع است.

علائم

- مهمترین علامت بیماران مبتلا بدون سابقه درمان، احساس تپش قلب می باشد.
- ضربان قلب بالا در بیماران مبتلا به بیماری عروق کرونری قلب، موجب تشدید درد قفسه سینه و در مبتلایان به مشکلات دریچه ای و نارسایی قلب ممکن است منجر به تشدید نارسایی قلب و ایجاد علائم تنگی نفس شود.

علت

- ✓ افزایش سن
- ✓ وجود برخی بیماریهای ساختمانی قلب مثل نارسایی قلب، آریتمی های قلب، نارسایی قلب
- ✓ تنگی یا نارسایی دریچه ای (شایع ترین اختلال دریچه ای تنگی میترال یا دولتی)
- ✓ بزرگ شدن عضله قلبی
- ✓ بیماری عروق کرونر قلب
- ✓ برخی بیماری ها مانند فشار خون بالا، دیابت، پرکاری تیروئید، آمبولی ریوی
- ✓ مصرف زیاد مشروبات الکلی و استعمال دخانیات
- ✓ در برخی موارد فیبریلاسیون دهلیزی یک بیماری مجزا بوده و با هیچ بیماری قلبی دیگری همراه سکتته قلبی

عوارض

- در حقیقت مهم ترین عارضه خطر ترومبوآمبولی یا لخته خون می باشد. عدم انقباض مؤثر دهلیزها باعث ایست خون در داخل دهلیزها و تشکیل لخته در داخل قلب می شود که این لخته ها با پمپ قلب در سراسر بدن پخش شده و عوارضی همچون موارد زیر ایجاد می کند:
- سکتته مغزی و ایجاد علائمی مانند کاهش سطح هوشیاری، فلج نیمی از بدن، لکنت زبان
- سکتته قلبی
- لخته در شریان کلیه رفته و ایجاد افزایش شدید و ناگهانی فشار خون می کند.
- لخته داخل شریان شکم رفته با درد شدید و ناگهانی شکم همراه است و در صورت عدم درمان فوری با مرگ و میر بالایی همراه می باشد.
- لخته در شریان های اندام گیر کرده و باعث درد و سیاه شدن اندام می شود.

تشخیص:

- ✓ معاینه توسط متخصص قلب و عروق با یافتن نبض نامنظم و صداهای قلبی نامنظم
- ✓ بررسی نوار قلب بهترین و آسان ترین روش تشخیص است.
- ✓ اکوکاردیوگرافی برای تشخیص بیماری ساختمانی قلب
- ✓ تست ورزش برای تشخیص بیماری کرونری قلب
- ✓ هولتر مانیتورینگ: دستگاهی است که به بیمار 24 ساعته وصل می شود و بیمار میتواند به کارهای روزمره خود بپردازد. دستگاه کلیه ضربان های قلب حتی غیر طبیعی قلب را ثبت می نماید و پزشک می تواند پس از اتمام دوره ضربانات را رویت نماید.

خود مراقبتی

- ✓ اگر چاق هستید، وزن خود را کم کنید، اما از داروهای کاهش دهنده اشتها استفاده نکنید.
- ✓ از مصرف سیگار و دخانیات خودداری نمایید.



فیبریلاسیون دهلیزی (نامنظمی ضربان قلب)

- ✓ به طور منظم جهت کنترل بیماری به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ✓ در هنگام کار با ابزار تیز و برنده دقت بیشتری داشته باشید و از دستکش محافظ، استفاده کنید. به جای استفاده از تیغ برای اصلاح، از ابزارهای برقی استفاده کنید. از مسواک نرم استفاده کنید. از خلال دندان استفاده نکنید.
- ✓ در منزل از جوراب و یا کفشهای راحت استفاده کنید تا بدین وسیله پای خود را محافظت کنید. به عبارتی با پای برهنه در خانه راه نروید.
- ✓ جوش و زگیل در روی بدن خود را دستکاری نکنید.

فعالیت

- از فعالیت در محیطهای خیلی گرم یا سرد خودداری کنید.
- در زمان مصرف وارفارین از انجام ورزشها و فعالیت هایی که به خود آسیب می رسانید خودداری کنید. ولی بدین معنی نیست که ورزش نکنید.

رژیم غذایی

- ✓ از یک رژیم غذایی سالم شامل میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چربی و کم نمک استفاده کنید.
- ✓ از مصرف الکل، مواد کافئین دار مانند چای و قهوه و خودداری کنید.

مراقبت دارویی

- دارو، طبق دستور پزشک و در فواصل منظم مصرف شود. از قطع یا افزایش دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- اگر وارفارین مصرف می کنید، توصیه های زیر را بخاطر داشته باشید: (به پزشک، دندان پزشک و داروساز در مورد مصرف وارفارین اطلاع دهید.
- در فواصلی که پزشک تان آن را تعیین می کند آزمایش خون (INR، PT) انجام دهید، این فواصل نباید بیشتر از یک ماه باشد.
- قرصهای وارفارین را در جای خشک و خنک نگهداری کنید ولی لزومی به نگهداری در یخچال نمیباشد. میتوان آن را در دمای اتاق، دور از حرارت و گرما، رطوبت و نور مستقیم آفتاب نگهداری کرد. دارو را دور از دسترس اطفال نگهداری کنید.
- اگر نصف قرص را مصرف کردید، باقی مانده قرص را میتوانید نگه دارید و در نوبت های بعدی مصرف کنید.
- به دلیل تداخل با اثر وارفارین از مصرف خودسرانه محصولات گیاهی مانند سیر، چای سبز و خودداری کنید.
- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف وارفارین، به محض به یاد آوردن، دوز وارفارین فراموش شده را مصرف کنید.
- اگر نزدیک مصرف نوبت بعدی وارفارین به یاد آوردید که فراموش کرده اید، دوز وارفارین فراموش شده را مصرف نکنید و برنامه عادی مصرف وارفارین خود را به صورت منظم ادامه دهید. در این خصوص با پزشک خود مشورت کنید.
- اگر در زمان درمان دارویی مجددا دچار افزایش ضربان قلب شوید.
- اگر در حال درمان با قرص وارفارین هستید و دچار هر گونه خونریزی یا کبود شدگی غیر طبیعی یا سایر مشکلات شوید.

درجه شرايطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ تپش هایی که مداوم نیستند و تنها چند ثانیه طول می کشند، معمولاً به معاینه نیاز ندارند. اگر بیمار سابقه ی بیماری قلبی دارد و دچار تپش های مکرر هست یا این تپش ها با مرور زمان بدتر می شوند، به پزشک مراجعه کند.
- ✓ اگر یکی از اعضاء درجه یک خانواده شما مبتلا به ضربان غیرعادی قلبی هستند.
- ✓ ضربان غیرعادی قلب همراه با علائم: تپش قلب که در عرض 5 تا 10 دقیقه بهتر نشود، بی حالی و سبکی سر، سنکوپ و غش، درد قفسه سینه، تنگی نفس و درد: از فک به پایین یا ناف و یا سوزش معده به پزشک اطلاع دهید.

<ul style="list-style-type: none"> • آموزش به مددجو (راهنمایی برای مراقبین سلامت) -1398 • کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش CCU و POST CCU • Mayo clinic, WebMD, ClinicalKey • Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 	<p>منابع</p> <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/ 10</p>		