

آموزش (خودمراقبتی) ترخیص پس از آنژیوگرافی / آنژیوپلاستی مغزی

پس از ویزیت توسط پزشک معالج دستور ترخیص شما نوشته شده و توسط منشی یا پرستار به شما اعلام می شود. بعد از تسویه حساب و ارائه برگه ترخیص به منشی، خلاصه پرونده، گزارش آنژیوگرافی و CD به همراه آموزش های لازم زمان ترخیص به شما ارائه خواهد شد.

تغذیه: برای کمک به رفع حالت بی اشتهايي و تهوع بهتر است غذا با حجم کم و وعده بیشتر مصرف شود. در هفته های اول استفاده از مواد غذایی غنی از ویتامین و پروتئین جهت تسريع بهبود زخم کمک کننده است. توصیه می شود از غذاهای کم چرب و کم نمک استفاده کنید. جهت رفع یبوست می توانید از میوه، سبزی، کاهو و غذاهای پرفیبر به همراه مایعات کافی استفاده کنید. بیماران دیابتیک رژیم دیابت خود را طبق مشاوره تغذیه ارائه شده حفظ کنند و با مصرف قرص یا انسولین، قند خون خود را در حد نرمال حفظ کنند. سطح کلسترول و قندخون را طبق دستور پزشک در فواصل مشخص چک و کنترل نمائید. همچنین ایده آل است وزن خود را در محدوده نرمال حفظ کنید.

فعالیت: طبیعی است برای چندین روز احساس خستگی بیش از حد معمول کنید. بسیاری از بیماران بعد از انجام این روش می توانند ظرف یک هفته به کار خود برگردند. در صورت جاگذاری استنت در بدن (آنژیوپلاستی) باید تا مدتی از ورزش های شدید دوری کنید. همچنین بعد از گذشت حداقل یک هفته می توانید به صورت تفریحی و کوتاه مدت رانندگی کنید. با گذشت زمان در صورتی که قرار است در سفر رانندگی کنید هر ۲ ساعت ۱۵ دقیقه راه بروید. مراقب خواب آلودگی بعضی از داروها باشید.

فعالیت جنسی: به مدت یک هفته از فعالیت های جنسی خودداری کنید.

مراقبت از زخم محل آنژیوگرافی (کشاله ران): زخم را مرتب چک کنید و بهداشت این ناحیه را رعایت کنید. در صورت قرمزی، التهاب، گرمی، ترشح حتما به پزشک خود اطلاع دهید. زخم شما نیاز به پانسمان یا بتادین ندارد.

استحمام: از آب و صابون یا شامپو بچه جهت شستشو استفاده کنید. محل زخم را پس از استحمام خشک کنید. مدت زمان استحمام طولانی نباشد.

ابزارهای شناسایی کننده فلز مانند ردیاب های موجود در فرودگاه ها و فروشگاه ها اثری بر استنت ندارند .

علائم غیر معمول: در صورت وقوع خونریزی، تورم یا ترشح از محل آنژیوگرافی، بروز قرمزی یا گرمی اطراف زخم ، بثورات پوستی، تب (افزایش دمای بدن بیش از ۳۸ درجه دو بار در روز طی ۲۴ ساعت) با پزشک خود مشورت یا به اورژانس بیمارستان مراجعه کنید.

علائم هشداردهنده سکته مغزی: احساس کِرختی یا ضعف ناگهانی در صورت، بازو و یا ساق پا، به خصوص در یک طرف بدن، اشکال در صحبت کردن یا اختلال ناگهانی درک مفاهیم، اختلال ناگهانی در بینایی یک یا دو چشم، اختلال ناگهانی در راه رفتن، گیجی، اختلال تعادل، سردرد شدید و ناگهانی.

در صورت بروز هریک از علائم هشدار دهنده بالا با اورژانس محل سکونت خود با شماره ۱۱۵ سریعاً تماس بگیرید.

نحوه مصرف داروها: داروهای شما طبق آخرین نسخه پزشک هنگام ترخیص مشخص می شود. بیمارانی که تحت عمل استنت گذاری قرار گرفته‌اند می بایست از یک یا تعداد بیشتری از داروهای رقیق کننده خون استفاده کنند. نمونه این داروها پلاویکس و آسپیرین هستند. این داروها به کاهش احتمال ایجاد لخته در استنت و انسداد سرخرگ کمک می کنند. بیشتر داروهای شما برای تنظیم فشار خون و ضربان قلب شما می باشد بنابراین قبل از مصرف دارو در صورتی که علائمی مانند ضعف، بیحالی، سرگیجه، یا تعریق داشتید ممکن است از علائم افت فشار یا ضربان قلب شما باشد که حتماً قبل از مصرف دارو فشار و ضربان خود را کنترل و سپس دارو را مصرف کنید و در صورت تکرار مورد فوق با پزشک خود جهت تنظیم میزان دارو مشورت کنید.

نوبت بعدی مراجعه به پزشک: یک ماه پس از ترخیص توسط پزشک متخصص مغز و اعصاب خود ویزیت خواهید شد که قبل از ترخیص برگه نوبت دهی توسط منشی به شما داده خواهد شد و از پذیرش حتماً نوبت بعدی گرفته شود. بعد از ترخیص و گرفتن داروهای خود بهتر است آنها را با پرستار خود چک و نحوه مصرف را بپرسید.

آنژیوپلاستی و تعبیه استنت همیشه یک درمان دائمی برای بیماران عروق کاروتید یا مغز نمی باشد و ممکن است در بعضی بیماران تنگی مجدد اتفاق بیافتد و نیاز به درمان مجدد و یا حتی عمل جراحی باشد. تغییرات شیوه زندگی مانند ترک استعمال دخانیات، تغذیه سالم، مدیریت استرس و تحرک فیزیکی در کاهش عوامل خطر زا، زندگی سالم و کنترل بیماری مهم است. با مشورت پزشک یا پرستار و مطالعه کتابچه‌ها و بروشورهای علمی جهت ایجاد این تغییرات آگاهی مناسب را کسب کنید.

جدول اطلاعات کلی مربوط به داروها

ردیف	نام دارو	اشکال دارو	اثر درمانی	نکات آموزشی
1	آسپرین ASA	80-100-325-500 mg	ضد التهاب - ضد درد - کاهش فعالیت پلاکت	در صورت بروز خونریزی از لثه یا کبودی روی پوست یا دفع خون از مدفوع حتما به پزشک مراجعه شود. به دلیل بروز عوارض گوارشی با یک لیوان شیر بعد از غذا میل شود. در بیماران مبتلا به آسم و زخم گوارشی فعال منع مصرف دارد.
2	آتورواستاتین ATORVASTATIN	10-20-40 mg	کاهش دهنده چربی خون LDL	میتوان دارو را قبل یا بعد از غذا میل کرد. ۶-۱۲ هفته بعد آزمایشات کبدی چک شود. برنامه غذایی کم چرب و برنامه ورزشی منظم داشته باشید. در صورت استفاده همزمان با دیگوکسین با پزشک مشورت شود.
3	کاپتوپریل CAPTOPRIL	25-50mg	کاهش دهنده فشار خون و تقویت عضله قلب	بهتر است دارو یک ساعت قبل از غذا مصرف شود. رژیم کم نمک باشد. سرفه شایع میباشد. در صورت بروز سرفه و تورم پلکها، چشمها، لبها، زبان یا مشکلات تنفسی و پوستی به پزشک مراجعه شود. از تمرینات شدید و تغییر وضعیت ناگهانی از خوابیده به نشسته یا ایستاده خودداری شود.
4	دیگوکسین DIGOXIN	0.25 mg	کنترل ضربان قلب و نارسایی قلبی	باید هر روز صبح و در ساعت معینی مصرف شود. دوز فراموش شده را میتوان تا ۱۲ ساعت بعد استفاده کرد. نحوه گرفتن نبض را یاد بگیرید و با ضربان بین ۶۰-۱۰۰ دارو را مصرف کنید. دارو را با آبمیوه یا شیر میل کنید. تهوع و استفراغ، ضربانات نامنظم قلب، توهم بینائی و بی اشتها از علائم مسمومیت میباشد که باید به پزشک مراجعه کنید.
5	فورزماید FUROSEMIDE	40 mg	کاهش فشار خون - افزایش دفع ادرار و مایع احتباس یافته	روزها در ساعت معینی مصرف شود تا شب ادراری شما را ناراحت نکند. دارو را با غذا یا شیر میل کنید. رژیم پرپتاسیم مثل موز - گوجه فرنگی - خرما - کاهو - خشکبار و گردو داشته باشید.
6	هیدرو کلرتیازید HYDROCHOLORTHAZIDE	50 mg	کاهش فشار خون و افزایش دهنده حجم ادرار	صبحها در ساعت معینی مصرف شود تا شب ادراری شما را ناراحت نکند. در افراد دیابتی، قند خون مرتب کنترل شود. نوبت عصر راس ساعت ۶ بعد از ظهر میل کنید.
7	ایزوسورباید ISOSORBIDE	10-40 mg	ضددرد قلبی - گشاد کننده عروق - کاهش فشار خون	این دارو در پیشگیری درد قلبی موثر است. سردرد عارضه شایع آن است که با مسکن برطرف میشود، اگر سردرد شدید و پایدار بود به پزشک مراجعه شود. بر افروختگی صورت و احساس سوزش زیر زبان از عوارض دارو میباشد.
8	متوپرولول (متورال) METOPROLOL	50-100 mg	کاهنده ضربان قلب و فشار خون	اثر درمانی بعد از یک هفته مشاهده میشود. نحوه گرفتن نبض را یاد بگیرید و با ضربان بین ۶۰-۱۰۰ دارو را مصرف کنید. دارو نباید بطور ناگهانی قطع شود. افراد دیابتی مرتب قند خون خود را چک کنند.
9	پلاویکس PLAVIX	75 mg	ضد تجمع پلاکت - رقیق کننده خون	مصرف این دارو بیماران را مستعد خونریزی میکند باید از ضربه یا بریدگی پیشگیری شود و در صورت خونریزی از لثه یا بینی و یا خون مردگی در بدن، دارو قطع و به پزشک مراجعه شود.
10	وارفارین WARFARIN	5 mg	ضد انعقاد خون و رقیق کننده خون	حتما آزمایش PT را طبق دستور پزشک انجام دهید. و هرگز از مقدار توصیه شده بیشتر یا کمتر مصرف نکنید. دارو را هر روز در ساعت معینی مصرف کنید. در صورت خونریزی لثه - بینی یا خون مردگی در بدن دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید.
11	نیترو گلیسرین NITROGLYCERIN	2.6-6.4 mg	ضد درد قلبی - گشاد کننده عروق	این دارو در پیشگیری دردهای قلبی موثر است. سردرد با این دارو کمتر دیده میشود. دارو دور از رطوبت و نور نگهداشته شود. در صورت تاری دید یا خشکی دهان مصرف را قطع و به پزشک مراجعه کنید.

با آرزوی سلامتی برای شما عزیزان

بخش

.....-۲۱۰

.....-۲۱۰