

## آموزش ترخیص پس از آنژیوگرافی / آنژیوپلاستی:

پس از ویزیت توسط پزشک معالج یا دستیار وی دستور ترخیص شما نوشته شده و توسط منشی یا پرستار به شما اعلام میشود و بعد از تسویه حساب و ارائه برگه ترخیص به منشی، خلاصه پرونده و شرح پروسیجر به همراه CD و آموزشهای لازم زمان ترخیص به شما ارائه خواهد شد.

### مراقبت از زخم:

زخم شما بعد از ۲۴ ساعت و دوش گرفتن نیاز به پانسمان ندارد اما تا زمان بهبود کامل زخم مرتباً محل زخم آنژیوگرافی را چک و بهداشت این ناحیه را رعایت کنید. کیودی مختصر بعد از آنژیو پلاستی معمول است در صورتیکه کیودی گسترش یافت و محل زخم شما دردناک و متورم شد با پزشک خود مشورت کنید. پس از ترخیص در صورت خون ریزی از محل سوراخ شدن پوست ضمن حفظ خونسردی بنشینید و با انگشت روی محل را به مدت ۱۰ دقیقه محکم فشار دهید. در صورت ادامه خونریزی، به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کنید.

### استحمام:

۲۴ ساعت بعد از انجام آنژیوگرافی یا آنژیوپلاستی می توانید دوش بگیرید. مدت زمان استحمام را برای جلوگیری از خستگی به حداقل برسانید.  
**فعالیت:** در ابتدا ممکن است احساس سنگینی خفیفی در قفسه سینه داشته باشید که معمولاً در عرض چند روز رفع می شود در صورت ادامه یا تشابه با دردهای قبل از آنژیوپلاستی با پزشک خود مشورت کنید. حداقل تا ۴۸ ساعت از خم کردن مچ دست یا خم کردن پا و بلند کردن اجسام بیش از ۴ کیلوگرم خودداری کنید. استفاده از توالت فرنگی در روزهای اول بعد از آنژیوگرافی توصیه می شود. فعالیت خود را در هفته اول به تدریج افزایش دهید. شروع پیاده روی از ۱۵ دقیقه در روز و در صورت نداشتن احساس ناراحتی در قفسه سینه یا سر گیجه افزایش تدریجی به حدود یکساعت در هوای سالم در سطح صاف مفید است. حداقل تا یک هفته از برداشتن وسایل سنگین یا انجام ورزش خودداری کنید. در مورد ادامه ورزش حرفه ای از پزشک خود سوال کنید.  
**شروع به کار:** به طور معمول یک هفته بعد از آنژیو پلاستی می توانید سرکار خود برگردید در صورتی که آنژیوپلاستی به دنبال حمله قلبی و اورژانس باشد با نظر پزشک معالج زمانی که بهبود کامل پیدا کردید باید به سرکار خود برگردید.  
**رانندگی:** بعد از آنژیو پلاستی بهتر است به مدت یک هفته رانندگی نکنید. در صورتی که آنژیوپلاستی به دنبال حمله قلبی باشد و یا آنژیو پلاستی موفق نداشته باشید به مدت ۴ هفته از رانندگی کردن خودداری کنید.

### فعالیت جنسی:

در آنژیوگرافی تشخیصی چنانچه احتمال مشکل قلبی برای شما مطرح نبود روابط جنسی بعد از بهبود زخم بلا مانع می باشد. بعد از آنژیوپلاستی چنانچه دنبال انفاکتوس نباشد یک هفته و با بهبود زخم می توانید روابط خود را در حد تحمل شروع کنید. زمانی که توانستید یک طبقه راه پله را بدون احساس ناراحتی بالا بروید می توانید روابط جنسی خود را در حد توانایی از سر گیرد. معمولاً بعد از سکنه های قلبی و در آنژیوپلاستی اورژانس شروع مجدد روابط ۴ تا ۶ هفته بعد ممکن خواهد بود. در صورت عدم تحمل و احساس سنگینی در قفسه سینه با پزشک خود مشورت کنید.

**تغذیه:** وزن خود را در محدوده نرمال حفظ کنید. از غذاهای کم چرب و کم نمک و کنسرو نشده استفاده کنید. در صورت ابتلا به یبوست جهت رفع آن میتوانید از میوه، سبزی، کاهو، لوبیا و غذاهای پرفیبر همراه با مایعات کافی استفاده کنید. روشهای طبخ بخارپز و آب پز در جهت رعایت رژیم غذایی کمک کننده است.

بیمارانیکه وارفارین مصرف میکنند، رژیم خاص ذکر شده در دفترچه وارفارین را خوانده و رعایت کنند. هم چنین بیماران دیابتیک رژیم دیابت خود را طبق مشاوره تغذیه ارائه شده حفظ کنند و با مصرف دقیق قرص یا انسولین طبق تجویز پزشک، قند خون خود را چک و در حد نرمال حفظ کنند.

**در صورت بروز علائم غیر معمول زیر با پزشک خود تماس بگیرید:**

## مرکز آموزشی، تحقیقاتی درمانی قلب و عروق شهید رجایی

بی حسی در انگشتان دست یا پا (محل آنژیو گرافی)، گسترش کبودی یا تورم دردناک یا وقوع خونریزی، ترشح، تورم یا قرمزی در محل ورود کاتتر، تب دمای بدن بیش از ۳۸ درجه دو بار در روز طی ۲۴ ساعت، نامنظمی در ضربان قلب، ادم در اندامهای بدن

### در صورت بروز علائم هشدار دهنده زیر با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید:

درد شدید قفسه سینه همراه با تعریق، تنگی نفس یا کوتاهی تنفس که با استراحت خوب نشود. طپش قلب شدید، احساس سرگیجه شدید یا سنکوپ در ۴ هفته اول پس از استنت گذاری، ام آر آی (MRI) نباید بدون تایید متخصص قلب صورت گیرد.

### نوبت بعدی مراجعه به پزشک:

حدود یکماه پس از ترخیص توسط پزشک متخصص قلب 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.

### نحوه مصرف داروها:

داروهای شما طبق آخرین نسخه پزشک هنگام ترخیص مشخص می شود. بیمارانی که تحت عمل استنت گذاری (فنر) قرار گرفته اند می بایست از یک یا تعداد بیشتری از داروهای رقیق کننده خون طبق صلاحدید پزشک استفاده کنند. نمونه این داروها پلاویکس و آسپیرین هستند. این داروها به کاهش احتمال ایجاد لخته در استنت و جلوگیری از انسداد سرخرگ کمک می کنند. سایر داروهای شما برای تنظیم فشار خون و ضربان قلب شما میباشد، بنابراین قبل از مصرف دارو در صورتی که علائمی مانند ضعف، بیحالی، سرگیجه، یا تعریق داشتید ممکن است از علائم افت فشارخون (کمتر از ۱۰۰/۶۰) یا ضربان قلب (کمتر از ۶۰) باشد. در این صورت تنها یک دوز از داروی کنترل فشارخون یا کنترل ضربان قلب را میل نکنید و در صورت تکرار مورد فوق با پزشک خود جهت تنظیم میزان دارو مشورت کنید. اطلاعات کلی مربوط به برخی داروهای مهم در جدول زیر موجود است.

## جدول اطلاعات کلی مربوط به داروهای متداول

| دسته دارویی               | نام دارو                | اشکال دارویی<br>(میلی گرم) | نکات آموزشی و عوارض احتمالی  |
|---------------------------|-------------------------|----------------------------|--|
| پیشگیری از تشکیل لخته خون | پلاویکس                 | ۷۵                         | مراقب باشید که از دستور پزشکتان پیروی میکنید. مقدار مصرف دارو را افزایش ندهید، بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید و بدون توصیه ی پزشک خودتان دارو را قطع نکنید برای اثر بخشی بهتر، دوزی را فراموش نکنید. قبل از تمام شدن دارو آن را تهیه کنید. در مصرف این داروها احتمال بروز خونریزی وجود دارد، از آسیب دوری کنید. از مسواک نرم و لوازم اصلاح برقی استفاده کنید. در صورت زمین خوردن یا آسیب دیدن یا ضربه به سرتان حتی اگر احساس خوب بودن داشتید به پزشک مراجعه کنید. به دلیل تداخلات این دارو با بعضی داروهای دیگر چنانچه داروی خاصی مصرف می کنید قبل از مصرف دارو به پزشک خود اطلاع دهید. |
|                           | اسپرین                  | ۸۰-۱۰۰-۳۲۵                 |  |
|                           | تیکاگورلور              | ۶۰-۹۰                      |  |
|                           | ریواروکسابان            | ۲/۵-۱۰-۱۵-۲۰               |  |
| تنظیم ضربان قلب           | کارودیلول               | ۶/۲۵-۱۲/۵-۲۵               | این دارو از دوز پایین شروع میشود تا به دوز مناسب برسد. بطور ناگهانی قطع نشود<br>امکان افت فشار خون وضعیتی وجود دارد. تغییر آهسته وضعیت از نشسته به ایستاده ، دراز کشیدن با اولین علائم این اثرات را به حداقل میرساند. ضربان قلب خود را بگیرید.<br>عوارض احتمالی :خستگی و سرگیجه ، در صورت ادامه سرگیجه بیش از دو هفته ، احساس تنگی نفس یا ضربان قلب خیلی کند با پزشک تماس بگیرید.  |
|                           | بیزوپرولول<br>(کنکور)   | ۲/۵-۵-۱۰                   |  |
|                           | متوپرولول<br>(متوهگزال) | ۴۷/۵-۵۰-۹۷<br>۲۳/۷۵        |  |
| تنظیم فشار خون            | کاپتوپریل               | ۲۵-۵۰                      | این دارو را مطابق دستور پزشک مصرف نمایید. از مصرف مقادیر یا دفعات بیشتر از دستور پزشک خودداری کنید. بیشترین اثر بخشی، کنترل آزمایش خون دوره ای برای عملکرد کلیه و پتاسیم خون طبق صلاحدید پزشک لازم است. .<br>امکان افت فشار خون وضعیتی وجود دارد. تغییر آهسته وضعیت از نشسته به ایستاده ، دراز کشیدن با اولین علائم این اثرات را به حداقل برساند.<br>به دلیل تداخلات این دارو با بعضی داروهای دیگر چنانچه داروی خاصی مصرف می کنید قبل از مصرف دارو به پزشک خود اطلاع دهید.   |
|                           | انالاپریل               | ۵-۱۰                       |  |
|                           | والزارتان               | ۴۰-۸۰-۱۶۰                  |  |
|                           | لوزارتان                | ۲۵-۵۰                      |  |

| دسته دارویی                   | نام دارو                               | اشکال دارویی<br>(میلی گرم) | نکات آموزشی و عوارض احتمالی   |
|-------------------------------|--|----------------------------|---|
| داروهای ترکیبی تنظیم فشار خون | والزومیکس<br>(والزارتان<br>+آملودیپین) | ۸۰-۵<br>۱۶۰-۵<br>۱۶۰-۱۰    | با دوز پایین شروع میشود و به تدریج افزایش می یابد. آزمایش دوره ای برای کنترل عملکرد پتاسیم طبق صلاحدید پزشک لازم است.<br>عوارض احتمالی :  |
|                               | لوزارتان +<br>هیدروکلرو تیازید         | ۵۰-۱۲/۵                    | در صورت ادامه سرگیجه بعد از چند روز اول ، داشتن سرفه های خشک ، تنگی نفس ، راش ، ضعف ، ادم اندام های تحتانی یک طرفه، گیجی و ورم ، بلافاصله به پزشک خود اطلاع دهید.   |
|                               | والزارتان +<br>هیدرو کلرو تیازید       | ۱۶۰-۱۲/۵<br>۸۰-۱۲/۵        |   |
| کنترل چربی خون                | آتورواستاتین                           | ۴۰-۲۰-۱۰                   | معمولاً آتورواستاتین به صورت یک بار در روز تجویز می شود. آتورواستاتین را در زمان مشخصی از روز، بهتر است عصرها ، مصرف نمایید . این دارو با غذا تداخل ندارد و می توانید آن را قبل یا بعد از غذا مصرف نمایید . در صورت فراموشی یک نوبت دارو بلافاصله آن را مصرف نمایید اما از دو برابر کردن مقدار دارو در یک نوبت جداً خودداری نمایید. معمولاً درمان با این دارو طولانی مدت می باشد لذا با پزشک خود در ارتباط باشید.<br>و معاینات و آزمایشات دوره ای را به طور منظم انجام دهید تا پیشرفت درمانی شما ارزیابی شود. |
|                               | رزواستاتین                             | ۱۰-۲۰-۴۰                   | یک رژیم غذایی سالم، محدود کردن مصرف الکل، کاهش نمک در رژیم غذایی ، ترک سیگار و داشتن فعالیت بدنی مناسب همراه با مصرف آتورواستاتین خطر ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی را کاهش می دهد . مصرف گریپ فروت یا آب گریپ فروت در رژیم غذایی معمول ، باعث افزایش احتمال عوارض ناشی از آتورواستاتین می شود.  |
| داروهای گشاد کننده عروق       | نیکوراندیل                             | ۱۰-۲۰                      | در اوایل درمان احتمال بروز سر درد طبیعی است ، احتمال بروز افت فشار خون وضعیتی وجود دارد ، تغییر آهسته وضعیت از نشسته به ایستاده ، دراز کشیدن با اولین علائم این اثرات را به حداقل میرساند. در صورت بروز تاری دید یا خشکی دهان و با سر درد مداوم به پزشک اطلاع دهید. رساند. به دلیل تداخلات این دارو با بعضی داروهای دیگر چنانچه داروی خاصی مصرف می کنید قبل از مصرف دارو به پزشک خود اطلاع دهید.  |
|                               | نیترو کانتین                           | ۲/۶-۶/۴                    |   |
|                               | ایزوسورباید                            | ۱۰-۴۰                      |   |

| دسته دارویی              | نام دارو      | اشکال دارویی<br>(میلی گرم) | نکات آموزشی و عوارض احتمالی   |
|--------------------------|---------------|----------------------------|---|
| پیشگیری از زخمهای گوارشی | پنتاپرازول    | ۲۰-۴۰                      | قرص پنتوپرازول را دقیقاً همانطور که پزشک به شما تجویز کرده است، استفاده نمایید. بهتر است قرص پنتوپرازول یا کپسول پنتوپرازول یک ساعت قبل از صبحانه مصرف شود. در صورت فراموش کردن یک دوز، به محض یادآوری، نوبت فراموش شده را مصرف کنید. و بر طبق برنامه مشخص به مصرف دارو ادامه دهید. اگر علائم بیماری شما بهتر نشد و یا حتی بدتر شد باید با پزشک مشورت کنید. امکان دارد شروع اثر قرص پنتوپرازول مدتی طول بکشد قرص پنتوپرازول یا کپسول پنتوپرازول را به صورت کامل همراه با یک لیوان آب بلعیده و از باز کردن، خرد کردن و جویدن آنها خودداری کنید. به دلیل تداخلات این دارو با بعضی داروهای دیگر چنانچه داروی خاصی مصرف می کنید قبل از مصرف دارو به پزشک خود اطلاع دهید. برای ادامه درمان حتماً با پزشک خود مشورت کنید. |
|                          | فورزماید      | ۴۰                         | این داروها با فاصله زمانی نسبت به بقیه داروها مصرف شود. در صورت امکان روزها مصرف شود. در صورت امکان صبح هر روز ناشتا کنترل وزن انجام شود.   |
| مدرها (ادرار آور)        | اسپرینولاکتون | ۲۵                         | چک دوره ای الکترولیتها مانند پتاسیم با صلاحدید پزشک در مصرف این داروها ضروری است. عوارض احتمالی: سرگیجه در شروع مصرف، کم آبی بدن، تیره شدن ادرار و کاهش وزن   |

ویرایش بهار: ۱۴۰۱

FN-29-35