



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

درد قفسه سینه



شناسنامه ی پژوهش آموزشی

عنوان	درد قفسه سینه
تهیه و تنظیم	نسیم بیرانوند
سمت	کارشناس پرستاری
تایید کننده و نظارت	کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	مرکز آموزشی درمانی شهید رحیمی فوق تخصص قلب و عروق بورد تخصصی بیماریهای داخلی 65752

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

اگر هنگام بستری بودن دچار درد قفسه سینه

شدید:

- * درد را بلافاصله به اطلاع پرسنل برسانید.
- * از تخت خود خارج نشوید.
- * تا رسیدن پرستار آرامش خود را حفظ کنید.
- * تا قبل از تشدید درد آن را اطلاع دهید.

منابع: پرستاری داخلی-جراحی برونر - سودارث

انتشارات جامعه نگر

شماره تلفن بیمارستان: ۸-۳۳۳۳۶۱۴۲

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۶

وب سایت : rahimi.Lums.ac.ir



* در صورت عدم بهبودی کمتر از ۲۰ دقیقه و بروز علایمی چون تعریق، تهوع، استفراغ، ضعف و بیحالی، تشدید درد، فوراً به پزشک مراجعه نمایید که بررسی های لازم انجام شود.

هنگام بروز درد قفسه سینه چه باید کرد:

- * هر کاری در دست دارید، متوقف کنید و - بنشینید یا دراز بکشید.
- * اگر بعد از استراحت، درد برطرف نشد، و درد بیش از چند دقیقه طول بکشد و علائم زیر بروز کرد:

۱- عرق می کنید.

۲- نمی توانید درست نفس بکشید.

۳- حالت تهوع دارید و یا استفراغ می کنید.

۴- ضربان قلب شما تند، کند یا نامنظم شده است.

۵- حالت منگی یا سرگیجه دارید. سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

* الکل مصرف نکنید.

* از فشار روحی یا عصبی بکاهید.

* حجم هر وعده غذایی تان را کمتر کنید. غذاهای سنگین باعث بروز ناراحتی مذکور می شود.

* سیگار کشیدن را متوقف کنید.

* اگر لازم بود، فشار خون بالا، بیماری قند و کلسترول بالا را درمان کنید.



درد قفسه سینه

شاید شما هم برای ساعاتی و یا لحظاتی درد قفسه سینه را تجربه کرده باشید و این درد قفسه سینه می تواند دلایل زیادی داشته باشد و به راحتی نمی توان گفت که علت درد قفسه سینه ناشی از چیست. درد قفسه سینه زمانی رخ میدهد که قلب اکسیژن مورد نیاز خود را دریافت نمی کند. اغلب چند دقیقه طول میکشد. درد قلبی با تغییر وضعیت یا نفس کشیدن فرقی نمیکند و به صورت ثانیه ایی واگذار نیست.

علل درد قفسه سینه:

- * علل ناشی از جدار قفسه سینه (شایع ترین علت درد سینه می باشد)
- * علل ناشی از بیماری های دستگاه گوارش (مانند التهاب واسپاسم مری، زخم معده، ریفلاکس، التهاب پانکراس، التهاب کیسه صفرا)
- * علل ناشی از بیماری های ریه (التهاب پرده دور ریه، عفونت ریه، آمبولی ریه، برونشیت مزمن ریه، افزایش فشار ریه (علل ناشی از بیماریهای روانی (افسردگی، اضطراب، حمله هراس، هایپرونتیلیشن)

* علل ناشی از بیماری های قلبی (تنگی عروق کرونر، التهاب پرده دور قلب، پرولاپس دریچه میترال، بیماری دریچه های قلب، ضخیم شدن عضله قلب).

علائم بالینی

- * احساس درد و سنگینی در قفسه سینه
- * احساس تنگی نفس با یا بدون احساس سوزش یا فشار در قفسه سینه
- * احساس ناراحتی یا درد که ممکن است به بازوها، پشت، شانه ها، گردن یا فک یا معده تیر احساس بی حسی
- * سوزش در شانه ها، بازوها یا مچ دست ها

چه زمانی ممکن است دچار درد قفسه سینه میشویم:

- * هنگام بالا رفتن از پله ها
- * زمان ناراحتی یا عصبانیت
- * کار کردن در هوای بسیار سرد یا بسیار گرم
- * غذا خوردن بیش از حد در یک وعده غذایی
- * استرس عاطفی
- * ورزش سنگین
- * فعالیت جنسی

علل دیگر مرتبط با درد قفسه سینه:

- * **علل قلبی:** سکته، درد آنژین قفسه سینه به علت انسداد در عروق خونی قلب، پریکاردیت، التهاب کیسه اطراف قلب، میوکاردیت، التهاب عضله قلب، بیماری عضله قلب، دایسکشن آئورت بیماری نادر شامل پارگی شریان اصلی قلب و..
- * **علل گوارشی:** بیماری ریفلاکس معده و مری - اختلالات انقباضی مری - زخم های گوارشی - مشکلات سنگ های صفراوی و ..
- * **علل ریوی:** دنده کبود یا شکسته - برونشیت ویروسی - آمبولی ریه - پرفشاری خون ریوی و ...

راه های تسکین درد قفسه سینه :

- * مهم ترین اصل برای کاهش درد قفسه سینه چه قلبی، ریوی یا گوارشی آن است که بیمار در استراحت کامل به سر برده و از هر نوع تلاش و حرکت بی مورد و اضافی پرهیز کند.
- * باید بیمار را به آرامش کامل تشویق کرد، چراکه استرس، هیجان و هر نوع اضطراب، ترس و خشم می تواند موجب تشدید درد شود.