



مرکز آموزشی درمانی

فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان

پمفلت آموزشی

شماره فرم: NO-FO-۳۱۵

## فیبریلاسیون دهلیزی (AF)



- \* از مصرف غذاهای پرچرب مانند روغن های و کره حیوانی، لبنیات پرچرب، کله پاچه، دل و جگر، سس های پرچرب (مایونز) و ... خودداری کنید.
- \* حداقل ۲ بار در هفته ماهی مصرف کنید و کمتر از گوشت قرمز استفاده نمایید.
- \* میوه و سبزیجات را در برنامه غذایی خود بگنجانید.
- \* در صورتی که داروهای مدر (ادار آور) مصرف می کنید، خصوصاً زمانی که قرص دیگوکسین نیز در داروهای شما وجود دارد، به منظور جلوگیری از احتمال مسمومیت دیگوکسین، از مواد غذایی حاوی پتاسیم استفاده کنید.
- این مواد غذایی شامل: موز، مرکبات، سبزیجات برگدار سبز، گوجه فرنگی، خرما، زرد آلو، هلو، انجیر و غذاهای دریایی.
- \* وعده هایی غذایی خود را با حجم کم و دفعات زیاد تنظیم کنید.
- \* از مصرف قهوه، کافئین و سیگار خودداری کنید.
- \* مواد غذایی را بیشتر به حالت آب پز یا بخارپز استفاده کنید.
- \* از هیجانانگیز و استرس های روحی و عاطفی دوری کنید.

آدرس: همدان، بلوار شهید فهمیده مرکز آموزشی  
درمانی فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان  
تلفن: ۹۰ - ۳۸ ۳۸ ۱۷ ۴۰ - ۳۸ ۳۸ ۱۶ ۸۶ - ۰۸۱  
وبسایت: [www.hcvc.umsha.ac.ir](http://www.hcvc.umsha.ac.ir)

در صورتی که آمیودارون مصرف می کنید نکات زیر را مد نظر قرار دهید:

- \* بهتر است قرص را همراه با غذا مصرف کنید.
- \* قبل از مصرف حتماً نبض خود را کنترل کنید در صورتیکه کمتر از ۶۰ ضربه در یک دقیقه بود قرص را مصرف نکنید.
- \* در طی مدت درمان و ۴ ماه پس از آن از قرار گرفتن در معرض خورشید پرهیز کنید.
- \* حتماً هر ۳ تا ۶ ماه به یک متخصص ریه جهت معاینات ریوی مراجعه نمایید.

### رژیم غذایی

- \* از مصرف غذاهای نمک دار خودداری کنید. چون مصرف نمک باعث ورم کردن پاها و افزایش فشار خون می شود.
- \* جهت خوش طعم کردن غذاها از آبلیمو و گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید.
- \* سعی کنید از غذاهای آماده، کنسروها، سوسیس، کالباس و گوشت های فرآوری شده، تنقلات شور و خیارشور استفاده نکنید.
- \* در هنگام خرید مواد غذایی، برچسب آنها را مطالعه کنید و غذاهایی را انتخاب کنید که (سدیم) کمتری دارد.



## تعریف بیماری فیبر یلاسیون دهلیزی:

یک بی نظمی بسیار شایع در ضربانات قلب می باشد به طوری که باعث می شود قلب به خوبی پمپاژ نکند (منقبض نشود). قلب حدود ۱۸۰-۱۱۰ بار در دقیقه منقبض میشود ولی چون این پمپاژ موثر نیست نمی تواند خون زیادی را به داخل رگها پمپاژ کند. در نتیجه ممکن است منجر به عوارضی مانند سکته مغزی شود.

## علائم بیماری:

بیماران ممکن است فاقد علامت باشند. مهمترین علامت احساس طپش قلب می باشد. گاهاً تنگی نفس و سرگیجه درد قلبی، پائین آمدن فشار خون نیز بروز می کند. نبض بیمار بین ۱۸۰-۱۱۰ بار در یک دقیقه و به صورت نا منظم حس می شود.

## روشهای تشخیصی:

پزشک معالج با گرفتن شرح حال، نوار قلب، اکوکاردیوگرافی، آزمایشات خونی (بررسی کارتیروئید کلیه، کبد) عکس قفسه سینه و حتی گاهی هولتر مانیتورینگ و تست ورزش تشخیص بیماری را قطعی می کند.

## درمان:

در طی مدت بستری داروهای لازم برای بهبود وضعیت شما تجویز می شود. بعد از ترخیص نیز داروهای برای جلوگیری از تشکیل لخته و همچنین منظم کردن ضربانات قلب بر حسب وضعیت بیماری شما تجویز می شود.

## دارو درمانی:

### در صورتی که قرص وارفارین مصرف می کنید:

\* طبق دستور پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور، انجام داده و به پزشک اطلاع دهید.

\* در صورت مراجعه به بیمارستان یا مطب های پزشکی، پزشک خود را از خوردن این قرص مطلع کنید.

\* از کارکردن با وسایل تیز مثل تیغ و چاقو خودداری کنید.

\* مراقب پوست خود باشید و از مسواک نرم استفاده کنید.

\* در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، ادار خونی، مدفوع قیری، خونریزی شدید در قاعدگی، کبودی پوست، تب و لرز و خستگی، دل درد و شکم درد شدید و استفراغ خونی مصرف وارفارین را قطع کرده و به پزشک مراجعه کنید.

\* از مصرف خودسرانه دارو بپرهیزید.

### در صورتی که قرص دیگوکسین مصرف می کنید به

### توصیه های زیر توجه کنید:

\* قرص را طبق دستور پزشک مصرف کنید. مهم است که هر روز در ساعت معینی قرص مصرف شود و معمولاً بهتر است صبح ها ناشتا خورده شود.

\* اگر عادت دارید صبحانه نان برشته بخورید مراقب باشید دیگوکسین را حداقل ۲-۱ ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید (سبوس موجود در غلات به دیگوکسین متصل شده و از جذب آن جلوگیری می کند).

\* قبل از مصرف دیگوکسین نبض خود را یک دقیقه بشمارید. در صورتی که کمتر از ۶۰ ضربه در دقیقه بود آن را مصرف نکنید.

\* در صورت فراموش کردن مصرف قرص دیگوکسین تا ۴ ساعت از زمان مصرف فرصت دارید آن را بخورید، در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولیتان برگردید و مصرف آن را در روز بعد ۲ برابر نکنید.

\* اگر دیگوکسین می خورید در صورت بی اشتهایی، اسهال، تهوع، گیجی، تاری دید (مشاهده هاله زرد رنگ و سبز در اطراف چراغ) ورم دست و پاها، تنگی نفس، افزایش وزن ناگهان (۱/۵ کیلوگرم در ۲۴ ساعت) و طپش قلب یا نبض کمتر از ۶۰، از مصرف آن خودداری کنید و به پزشک اطلاع دهید.

\* در صورت مصرف داروهای غیر قلبی، پزشک خود را از مصرف این دارو ها مطلع کنید.

\* قرص دیگوکسین را جدا از قرص های دیگر نگه دارید و آن را با داروهای دیگر در یک ظرف مخلوط نکنید.