



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

تاکی کاردی حمله ای فوق بطنی (PSVT)

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص تاکی کاردی حمله ای فوق بطنی (PSVT) طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ رژیم غذایی

- ✓ رژیم غذایی توصیه شده که شامل رژیم قلبی و کم نمک است را رعایت کنید .
- ✓ مایعات فراوان بنوشید تا از یبوست جلوگیری شود .
- ✓ از خوردن چای پر رنگ و نوشیدنی حاوی کافئین خودداری کنید .

❖ فعالیت

- ✓ در صورت داشتن استراحت مطلق و ممنوعیت خارج شدن از تخت، بدون اجازه از تخت خارج نشوید و اصرار به خروج از تخت ننمایید .
- ✓ در صورت استراحت نسبی برای خروج از بستر و اجازه پزشک، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و درد قفسه سینه، تنگی نفس و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- ✓ روزانه حتماً بین فعالیت ها و استراحت خود تعادل برقرار کنید .
- ✓ در صورتی که باید با ویلچر به دستشویی بروید در زمان نیاز منتظر بمانید تا ویلچر (صندلی چرخدار) را نزد شما بیاورند و به آرامی زمانی که پشت ویلچر توسط همراهان گرفته شده است بروی آن بنشینید.

❖ مراقبت

- ✓ کابل های مانیتورینگ را به هیچ وجه از قفسه سینه جدا نکنید . این سیم ها ضربان قلب شما را در مانیتوری که در بالای سر شما و ایستگاه پرستاری وجود دارد نشان میدهد.
- ✓ در صورتی که به چیزی نیاز داشتید دکمه احضار پرستار را فشار دهید .
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد .
- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید .
- ✓ ممکن است برای شما از اکسیژن استفاده شود، جریان آن را دستکاری نکنید .
- ✓ در صورت تنگی نفس اطلاع دهید .



- ✓ اقداماتی از قبیل نوار قلب، تست های آزمایشگاهی، تست ورزش و ... جهت تکمیل درمان در صورت نیاز انجام میشود .
- ✓ در صورت داشتن درد :محل درد، انتشار درد، شدت درد، علائم دیگر همراه با درد را به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ در صورت وجود درد از فک به پایین یا ناف و یا سوزش معده به پرستار اطلاع دهید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تلگی کاردی حمله ای فوق بطنی (PSVT)

❖ رژیم غذایی

- ✓ از یک رژیم غذایی سالم شامل میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چربی پیروی کنید .
- ✓ مصرف روزانه نمک را کاهش دهید . به میزان نمک (سدیم) موجود در مواد غذایی بسته بندی شده توجه ویژه ای داشته باشید .
- ✓ از پر خوری پرهیز نمایید .
- ✓ از مصرف کافئین خودداری کنید .
- ✓ در صورتی که افزایش وزن دارید، جهت کاهش وزن با کارشناس تغذیه مشورت کنید .

❖ فعالیت

- ✓ قبل از کار و غذا ورزشهای سبک انجام دهید .
- ✓ ورزش و فعالیت منظم جهت کاهش وزن، تنظیم قند خون، کنترل استرس و ... نقش موثری دارد .
- ✓ از فعالیت در محیطهای خیلی گرم یا سرد خودداری کنید .

❖ مراقبت

- ✓ از انجام مانور والسالوا اجتناب کنید (مانور والسالوا به معنی نگه داشتن نفس در حین تغییر وضعیت در تخت است، زور زدن در موقع اجابت مزاج)
- ✓ استرس در تشدید بیماری نقش بسزایی دارد و عوامل استرس زا را در زندگی خود بشناسید . در صورت لزوم بیمار را به روانپزشک و مراکز حمایتی در این زمینه مراجعه نمایید .
- ✓ اهمیت ترک سیگار و اثرات نیکوتین روی سیستم قلب سیگار باعث سریع کار کردن قلب شده و عروق خونی را تنگ کرده و اکسیژن رسانی به قلب را کاهش میدهد .

❖ اقدامات لازم در زمان ایجاد حمله

- ✓ سعی کنید به خودتان مسلط باشید و استرس نداشته باشید .
- ✓ با اورژانس 115 تماس بگیرید و یا به اولین مرکز درمانی نزدیک محل سکونت خود مراجعه نمایید .
- ✓ از راه رفتن خودداری نمایید زیرا احتمال دارد فشار شما کاهش یابد و به زمین بخورید .
- ✓ اجازه دهید پزشکان درمان شما را انجام دهند .
- ✓ از خود درمانی و مصرف دارو بدون تجویز پزشک خودداری نمایید .



❖ زمان مراجعه بعدی

✓ در صورتی که علائم زیر ایجاد شد به پزشک مراجعه کنید :

- طپش قلب
 - کاهش فشار خون
 - تنگی نفس
 - سنکوپ
- ✓ به طور منظم جهت کنترل بیماری به پزشک معالج مراجعه نمائید.

واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید رازی شاهیندژ