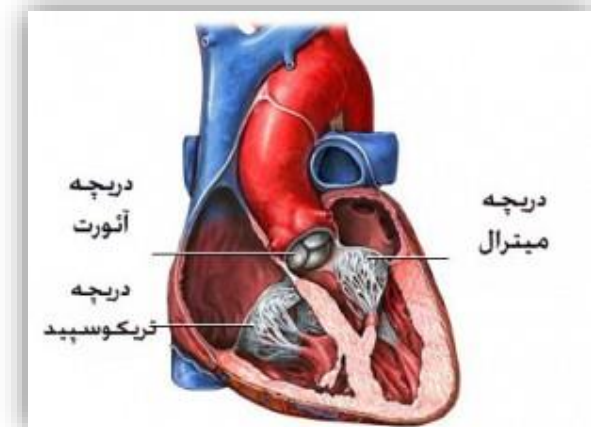


❖ شرح بیماری

قلب ۴ دریچه دارد. دریچه دولتی (میترال) و سه لتی (تریکوسپید) که کنترل جریان خون ورودی از دهلیزها به درون بطن‌ها را به عهده دارند. دریچه‌های آئورت و ریوی نیز کنترل جریان خون خروجی و ورودی به قلب را به عهده دارند. تنگی دریچه‌ها موجب کاهش خروج و ورود خون از قلب و نارسایی دریچه‌ها موجب پس زدن مجدد خون پمپ شده می‌شود. پس عملکرد درست دریچه‌ها برای کارآمدی قلب به عنوان یک پمپ اهمیت حیاتی دارد.



❖ انواع بیماری‌های دریچه قلب

- ✓ بیماری‌های دریچه دولتی یا میترال : تنگی میترال ، نارسایی میترال ، افتادگی میترال
- ✓ بیماری‌های دریچه آئورت: تنگی آئورت، نارسایی آئورت
- ✓ بیماری‌های دریچه سه لتی (تریکوسپید): نارسایی تری کوسپید، تنگی تری کوسپید

- ✓ بیماری‌های دریچه ریوی : تنگی دریچه ریوی، نارسایی دریچه ریوی

❖ علل شایع

علل اصلی شامل:

- ✓ تنگ شدن دریچه که جلوی جریان طبیعی خون را می‌گیرد.
- ✓ گشاد شدن دریچه که باعث برگشت خون به عقب و به درون قلب می‌شود.

اختلال دریچه‌ای ممکن است به علل زیر نیز ایجاد شود:

نارسایی دریچه آئورت : تب روماتیسمی ، عفونت عضله قلب (اندوکاردیت) ، سیفلیس ، آرتریت روماتوئید، پرفشاری خون، مشکلات مادرزادی، پارگی آئورت ناشی از ضربه به قفسه سینه، بیماری‌های بافت همبند مانند مارفان و آنوریسم یا گشاد شدن آئورت

تنگی دریچه آئورت: نقایص مادرزادی، تب روماتیسمی، افزایش کلسترول خون

❖ علایم شایع

- در موارد خفیف نارسایی و تنگی دریچه‌ها علامتی وجود ندارد ولی در موارد متوسط تا شدید علائم زیر مشاهده می‌شود:
- ✓ **نارسایی دریچه آئورت:** تنگی نفس به دنبال فعالیت، خستگی، حمله تنگی نفس شبانه، تپش قلب، سرفه
- ✓ **تنگی دریچه آئورت:** علایم نارسایی قلب مانند تنگی نفس حین فعالیت، درد سینه، سنکوپ

❖ تشخیص

تشخیص توسط متخصص قلب و عروق با اخذ شرح حال و معاینه دقیق بیمار صورت می‌پذیرد. در صورت نیاز از دیگر روش‌های تشخیصی از جمله موارد زیر استفاده می‌شود:

- ✓ **نارسایی دریچه آئورت :** نوار قلب (الکتروکاردیوگرام)، عکس برداری قفسه سینه، اکوکاردیوگرافی، کاتتریزاسیون قلبی، ام آر آی

- ✓ **تنگی دریچه آئورت:** الکتروکاردیوگرام یا نوار قلب، اکوکاردیوگرافی، کاتتریزاسیون قلبی، آنژیوگرافی عروق کرونر، عکس برداری قفسه سینه

❖ درمان

- ✓ **نارسایی آئورت:** در تنگی و نارسایی حاد آئورت باید با جراحی دریچه آئورت عوض شود.

- ✓ **تنگی دریچه آئورت :** تعویض دریچه آئورت یا ترمیم آن از طریق پوست که باعث تسکین موقت شده و برای بیمارانی

❖ رژیم غذایی

- ✓ رژیم غذایی کم چرب (چربی باید کمتر از ۲۰٪ کل کالری دریافتی را تأمین کند) ، کم نمک و پر فیبر
- ✓ افزایش مصرف سبزیجات به خصوص نوع سبز رنگ آن مانند اسفناج ، بروکلی، کلم و هویج
- ✓ افزایش مصرف میوه‌هایی مانند سیب، موز، پرتقال، گلابی ، انگور و آلوی سیاه
- ✓ افزایش مصرف غلات کامل مانند بلغور جو دوسر ساده ، برنج قهوه‌ای و نان سبوس‌دار
- ✓ افزایش مصرف لبنیات کم چرب یا بدون چربی از جمله شیر، پنیر و ماست
- ✓ افزایش مصرف غذاهای سرشار از پروتئین مانند: ماهی‌های غنی از امگا ۳، گوشت مرغ بدون پوست، تخم مرغ، حبوبات مانند لوبیا ، عدس ، نخود ، نخود چشم سیاه و آجیل ، دانه‌ها و انواع محصولات سویا.

✓ مصرف روغن و مواد غذایی حاوی چربی‌های اشباع نشده .
این نوع روغن کلسترول خون و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را کاهش دهد. برخی منابع از این روغن‌ها عبارتند از : ماهی قزل آلا ، آووکادو ، انواع روغن‌ها مانند کلزا ، روغن ذرت ، زیتون ، کنجد ، آفتابگردان و سویا ، انواع آجیل مانند گردو ، بادام و آجیل کاج ، مغزها و دانه سویا، و دانه‌های کنجد ، آفتابگردان ، کدوتنبل ، و یا کتان.

❖ فعالیت

✓ در تنگی شدید آئورت حتی بدون علامت ، محدودیت فعالیت لازم است زیرا می‌تواند موجب سنکوب ناگهانی شود.
✓ در سایر بیماری دريچه‌ای ، نیازی به محدود کردن زیاد فعالیت نیست و تا حد توان بلامانع است.
✓ از انجام کارهای سنگین اجتناب کنید.
✓ برای پیشگیری از تنگی نفس در وضعیت نشسته قرار بگیرید و هنگام نشستن بر روی صندلی ، پاهای خود را بالاتر قرار دهید.
✓ توصیه می‌شود در صورت مراجعه بیمار به مراکز درمانی ، قبل از انجام اقدامات تهاجمی مانند دندانپزشکی و انواع روش‌های تشخیصی و درمانی، پزشک معالج را از وضعیت قلبی خود آگاه کنید تا برای جلوگیری از اندوکاردیت درمان با آنتی‌بیوتیک شروع شود.
✓ بر اهمیت رعایت مناسب بهداشت دهان و مراقبت‌های منظم از دندان‌ها توجه کنید.

❖ عوارض

✓ **نارسایی دریچه آئورت :** ضربان غیرطبیعی قلب (آریتمی)، عفونت عضله قلب (اندوکاردیت)، نارسایی احتقانی قلب، ادم ریه، بزرگ شدن بطن
✓ **تنگی دریچه آئورت:** ضربان غیرطبیعی قلب (آریتمی)، عفونت عضله قلب اندوکاردیت و عفونت دریچه‌ها، نارسایی احتقانی قلب، تشکیل لخته خون

❖ مراقبت

✓ در رابطه با فعالیت‌های جنسی، زمانی که بتوانید از دو رشته پلکان بدون مشکل بالا بروید، می‌تواند مقاربت جنسی را شروع کنید.
✓ از انجام فعالیت‌های جنسی پس از خوردن غذای سنگین، خستگی و استرس اجتناب کنید.
✓ حدود شش هفته بعد از عمل جراحی چیزی سنگین‌تر از ۲ کیلوگرم را بلند نکنید.
✓ حدود شش هفته بعد از عمل جراحی نباید رانندگی کنید.
✓ بعد از حدود شش هفته در مسافرت‌های طولانی هر یک ساعت توقف کنید، راه بروید و یا ورزش‌های پا را انجام دهید.
✓ به صورت منظم به پزشک خود مراجعه کنید.
✓ شماره تلفن‌های ضروری را همیشه در دسترس داشته باشید

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

نارسایی دریچه آئورت:

✓ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علائم بیماری دریچه‌ای قلب را دارید

✓ تب بالاتر از ۳۸/۳ درجه سانتیگراد، تنگی نفس و تپش قلب بدون ارتباط با فعالیت بدنی
✓ احساس درد قفسه سینه مشابه قبل از عمل، التهاب و قرمزی، گرمی و در نهایت خارج شدن ترشحات چرکی از محل برش‌های جراحی
✓ لرز شدید و بدن‌بال آن تب، درد و سفتی پشت ساق هریک از پاها، تنگی نفس به دنبال فعالیت، خستگی، حمله تنگی نفس شبانه
✓ تپش قلب، تنگی نفس در حالت خوابیده و درازکش (ارتوپنه)، در صورت مشاهده هر گونه علائم نگران کننده دیگر.
تنگی دریچه آئورت:
✓ اگر شما دچار علائم تنگی آئورت با علت ناشناخته هستید، علائم به هنگام درمان بدتر شده‌اند، اگر دچار علائم جدید و غیر قابل توجه شده‌اید.
✓ اگر دچار عوارض جانبی ناشی از مصرف دارو شده اید، تنگی نفس به دنبال فعالیت، تپش قلب، سنکوب، تنفس کوتاه.
✓ علائم و نشانه‌های آمبولی مانند ضعف عضلانی و گیجی، در صورت مشاهده هر گونه علائم نگران کننده دیگر.

تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقای سلامت بیمارستان مهراد