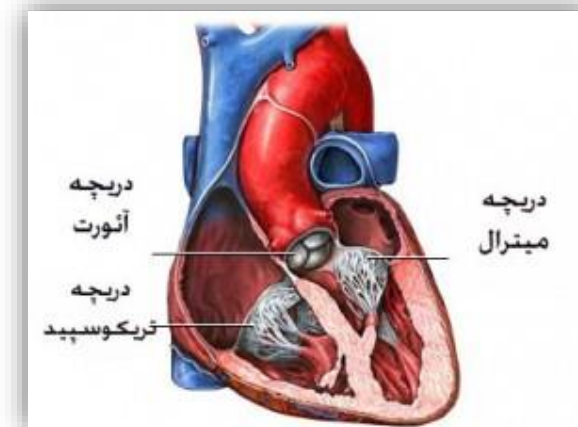


❖ شرح بیماری

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

- ✓ نارسایی دریچه سه لتی : اختلال ساختمانی دریچه، عفونت عضله قلب (اندوکاردیت عفونی)، تب روماتیسمی، آسیب عضله قلبی
- ✓ تنگی دریچه سه لتی : مشکلات مادرزادی، تب روماتیسمی

❖ علایم شایع

- ✓ نارسایی دریچه سه لتی : نارسایی شدید بطن راست همراه با ادم و ورم اندام‌ها، ضعف و خستگی و کاهش میزان ادرار، بزرگی کبدی، در مراحل پیشرفته تورم شکم
- ✓ تنگی دریچه سه لتی : احساس خستگی مفرط و درد فشاری درکبد در قسمت فوقانی سمت راست شکم می‌باشد، در اغلب موارد علایم بالینی مانند تنگی نفس و احتباس مایعات معمولاً در اثر بیماری سایر دریچه‌های قلب به وجود می‌آیند

❖ تشخیص

- ✓ نارسایی دریچه سه لتی : معاینه توسط متخصص قلب و عروق و شنیدن صداهای اضافی در قلب، اکوکاردیوگرافی

- ✓ تنگی دریچه سه لتی : معاینه توسط متخصص قلب و عروق و شنیدن صداهای اضافی در قلب، اکوکاردیوگرافی

❖ درمان

- ✓ تنگی درچه سه لتی : برای درمان تنگی دریچه سه لتی بیشتر بر درمان بیماری سایر دریچه‌های قلب تمرکز می‌شود. در مراحل حاد از جراحی استفاده می‌شود.
- ✓ نارسایی دریچه سه لتی : برای درمان مراحل حاد نارسایی دریچه سه لتی از عمل جراحی برای ترمیم یا تعویض دریچه قلب با دریچه بافتی خوکی یا گاوی و یا دریچه فلزی استفاده می‌شود.

❖ رژیم غذایی

- ✓ رژیم غذایی کم‌چرب (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 کم‌چرب 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 ، کدوتنبیل، و یا کتان.

❖ فعالیت

✓ در سایر بیماری دریچه‌ای ، 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 احتمالی

نارسایی دریچه سه لتی : نارسایی قلب، عفونت عضله قلب (اندوکاردیت عفونی)

تنگی دریچه سه لتی: نارسایی قلب، عفونت عضله قلب (اندوکاردیت عفونی)

❖ 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 سه لتی:

✓ 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، در صورت مشاهده هر گونه علائم نگران کننده دیگر.

تنگی دریچه سه لتی:

✓ 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

✓ در صورت مشاهده هر گونه علائم نگران کننده دیگر

تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقای سلامت بیمارستان مهرداد