

فشار خون

فشارخون بالا یکی از عوامل خطر در بیماری قلبی - عروقی، سکنه مغزی و نارسایی کلیه می باشد. درمان با داروهای ضدفشارخون خطر بیماری قلبی - عروقی و کلیوی را کاهش می دهد. فشارخون بالا مسئول ۶٪ از موارد مرگ و میر در دنیا می باشد. در زمان بزرگسالی فشارخون در مردان بیشتر از زنان می باشد

فشار خون بالا:

شیوع افزایش فشارخون به جهت افزایش چاقی بالا رفته است و ۶۰٪ بیماران با افزایش فشار خون، حدود ۲۰٪ افزایش وزن دارند. اثر نیز در بالا بردن فشار خون موثر است و ۵۵-۱۵٪ موارد فامیلی می باشد و عوامل محیطی هم در ایجاد فشار خون نقش دارد.



آموزش فشارخون در بیماران دیالیزی

فشار خون عبارت است از نیروی که از طرف خون دیواره عروق وارد می شود به صورت عدد بیان می شود عدد اول بزرگتر سیستولیک نامیده می شود

۲- قسمتی است که قلب شما با انقباض خود خون را به درون رگها می راند عدد دوم فشار دیاستولیک نام دارد و عدد کوچکتر در حقیقت فشار خون شما بین دو انقباض قلب (سازمان پذیرش خون به داخل قلب است).

۳- در حالت استراحت فشار خون بیماران دیالیزی فشار خون کمتر از ۱۳۰ باشد ولی در دیابتها در این حد قابل قبول است فشار خون در افراد سالمند دیالیزی در حد ۱۴۰ تا ۱۵۰ قابل قبول است.

۴- علامت فشار خون بالا: فشار بالا به طور معمول هیچ علامتی ندارد تنها راه اطمینان از فشار بالا اندازه گیری فشار خون است فردی که فشار خون بالای درمان نشده دارد ممکن است دچار سردرد ، سرگیجه-خونریزی از بینی یا طپش قلب شود. اثرات منفی فشار خون بالا بر بدن شامل سکنه مغزی قلبی و سفیدی رگها و آسیب چشم و کلیه است.

نکات قابل توجه

فشار خون اغلب به میزان حجم مربوط است پرفشاری خون می تواند نشانه ای از اضافه بار مایع باشد.

فشار خون پایین می تواند بیانگر کم بودن آب بدن بیمار باشد لذا تعیین دقیق وزن خشک توسط پرستار انجام شودکنترل پرفشاری خون در بیماران نارسائی کلیه برای کاهش خطر بیماری قلبیو عروقی و دیگر عوارض اهمیت دارد.

سعی شود در فاصله بین دو دیالیز بیش از یک لیتر مایع مصرف نشود تا در طول دیالیز دچار افت فشار نشوید.

داروهای ضد فشار خون کوتاه اثر از ۴ ساعت قبل از دیالیز استفاده نشود

در صورت نیاز داروهای طولانی اثر شب قبل از دیالیز مصرف شود

در صورتی که به طور ناگهانی فشار خونتان افزایش یافت که بدون تغییر در داروهای مصرفی بود حتما به پرسنل دیالیز اطلاع دهید تا در مورد تعیین دقیق وزن خشک اقدام کنند.

داروهای فشارخون همیشه همراهتان باشد تا در صورت بالا بودن فشار خون حین دیالیز طبق دستور پزشک مصرف شود.

محدودیت مصرف نمک و کنترل وزن و ترک سیگار به اندازه مصرف دارو می تواند در کنترل فشار خون موثر باشد..

همواره از میزان فشار خون خود آگاهی داشته باشید و آن را به طور منظم اندازه بگیرید و یادداشت کرده و به اطلاع پزشک در زمان ویزیت برسانید.

جهت پیشگیری از افت فشار موقع دیالیز از خوردن غذای سنگین قبل و حین دیالیز بپرهیزید.

در صورت مصرف اپرکس در منزل حتما فشار کنترل شده باشد که در زمان مصرف بالاتر از ۱۶۰/۹۰ نباشد.

در زمانهای کنترل فشار خون و نوع دارو و نحوه و زمان مصرف داروی فشار خون با پزشک بخش صحبت کنید.

همواره لیستی از داروهایتان و مقدارمصرف آنها را در جیب یا کیف داشته باشید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان

سمنان

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی کوثر

واحد آموزش

هایپر تانسیون در بیماران دیالیزی

"ویژه بیماران"



تهیه کننده: ندا بهرامی نسب

(سوپروایزر ارتقاء سلامت)

بهار ۱۴۰۴

K(E.R)Epp۴۰/۷-۹۷/۱

در بروز بیماری افزایش فشار خون اثر دارد و عوامل محیطی تنها اثر کمی بر افزایش فشارخون دارد.

منبع: * CDC.VITAL SINGS: awareness and treatment of uncontrolled hypertension among adults-www.cdc.gov
*American Heart Association
http://www.americanheart.org
*National Heart Lung and Blood Institute.
http://www.nhlbi.nih.gov

آدرس: سمنان شهرک گلستان بالاتر از میدان الغدير كد پستی ۳۵۱۹۸۹۹۹۵۱

در صورت داشتن هرگونه سوال یا ابهام در رابطه با این موضوع با تلفن زیر تماس بگیرید:

تلفن: ۰۲۳-۳۱۴۲۲۰۸۴

۰۲۳۳۱۴۲۲۵۱۲

آدرس سایت آموزشی بیمارستان کوثر:
<http://kosarhos.semums.ac.ir>
آدرس سایت کلینیک بیمارستان:
clinic.semums.ac.ir

اگر داروی ضد فشار خون جدید برایتان شروع شد و هر گونه مشکلی پیدا کردید احتمالاً با مصرف دارو در ارتباط است با پزشک صحبت کنید ممکن است مشکل نیاز به کاهش مقدار مصرفی دارو و یا حتی تعویض آن باشد (گیجی-ادم-ریه-سرگیجه-تپش قلب).

حتی اگر فشار خون شما کنترل بوده و احساس سلامتی می کنید به فکر قطع یا کم کردن دارو نباشید و آگاه باشید که شرایط فعلی به علت مصرف دارو بوده و کاهش خودسرانه میزان دارو باعث بروز مشکل خواهد شد. و قبل از اتمام داروها حتماً نسبت به تهیه آنها اقدام کنید.

معاینات دوره ای چشم پزشکی و بررسی از نظر قلب و عروقی حتماً انجام دهید تنظیم سدیم یا نمک مایعات دریافتی با کمک رژیم غذایی مصرف داروی ضد فشار خون و کشیدن مایع اضافه به درمان فشار خون کمک می کند -توصیه به ورزش و ترک سیگار می کنند.

علائم هشدار:

اگر دچار سردرد-خواب آلودگی خمیازه طولانی -سرگیجه شدی احساس ضعف در پا و بازوها یا عضلات صورت -اشکال در صحبت -بی حسی بدن-خونریزی بینی-و فشار بالاتر از ۱۸۰/۱۰۰ با اورژانس ۱۱۵ یا بخش دیالیز تماس بگیرید.

فشار خون بالا یکی از عوامل خطر در بیماری قلبی عروقی و کلیوی سکنه مغزی نارسایی کلیه را کاهش می دهد فشار خون بالا مسئول مرگ و میر در دنیا می باشد در بزرگسالی فشارخون د مردان بیشتر از زنان است ولی در ۶۰ سالگی افزایش فشار خون در خانمها بیشتر دیده می شود. چاقی-ارث-