



הזרבת חולה בשחרור מהמחלקה הקרדיולוגית

היית מאושפז/ת במחלקה הקרדיולוגית. לאחר השחרור לבינתך יש מספר נושאים, שחשוב לנו שתיקחי/י לתשומת לבך גם בהמשך. לשם כך, תקבלי/י הדרכה מפורטת מאחות המחלקה. עיקרי הדברים יובאו בדף זה. במידה ויהיו שאלות נוספות לאחר ההדרכה ניתן לתאם שיחה עם הרופא המטפל במחלקה. אנא מבקשים, שביום השחרור יתלווה אליך בן משפחה על מנת לקבל יחד את ההדרכה.

❖ **מכתב השחרור** – האחות תיתן לך מכתב שחרור ואק"ג אחרון. את המסמכים, שצוינו לעיל, יש לשמור ולהביאם בכל פנייה חוזרת למרפאות החוץ או למיון. חולים לאחר צנתור לב יקבלו בשחרור גם דו"ח צנתור. אנו ממליצים מאוד לרכוש גם את סרט הצנתור בעלות של 50 ש"ח וזאת למקרה שבעתיד תזדקק לצנתור חוזר.

❖ **מעקב רפואי** – לאחר השחרור עליך לפנות לרופא המטפל בהקדם האפשרי וזאת על מנת להביא אליו את מכתב השחרור ולהראות לרופא שלך את רשימת התרופות **המעודכנת** המומלצת על ידנו. לעיתים, אנו ממליצים במכתב השחרור להגיע לביקורת במרפאה הקרדיולוגית אצלנו (בתיאום עם המזכירה שולה - 04-6652658) עם תוצאות של בדיקות נוספות, שהומלצו במכתב השחרור וביצוע מבחן מאמץ ביום הביקורת לחולים לאחר צנתור לב. במידה והנך מעוניינת/ת במעקב במרפאתנו אנו ממליצים להתייעץ (את/ה או הרופא המטפל) עם רופאי המחלקה בכל שינוי עתידי שיעשה בטיפול התרופתי על ידי הרופא המטפל.

❖ **תרופות** – ביום השחרור תקבל את רשימת התרופות שיהיה עליך ליטול באופן יום-יומי. האחות תיתן הסבר על התרופות לגבי הפעילות העיקרית של כל תרופה ותופעות הלוואי העיקריות שלה. בנוסף תקבל הדרכה לגבי שעות נטילת התרופות. אנו יודעים שלעיתים זאת היא הפעם הראשונה, שאתה מתחיל לקבל טיפול תרופתי קבוע וקצת קשה להתרגל לעובדה שיש להתמיד ולקחת את התרופות באופן יום-יומי. כמו כן אנו מודעים לכך, שרשימת התרופות היא לפעמים ארוכה מאוד, למרות זאת כל תרופה נבחרת בקפידה ואין להחליט על דעת עצמך על הפסקת נטילת תרופה מסוימת. אנו מצפים ממך שתדעי/י את שמות כל התרופות שאת/ה מקבלת/ת וכן את תופעות הלוואי העיקריות של התרופות על מנת שתוכלי/י לקחת חלק פעיל בטיפול בדך!! הקבוצות העיקריות של התרופות המשמשות אותנו הן:

חומרים המונעים היצמדות טסיות (Aspirin, Plavix) –

Aspirin – ניתן באופן מניעתי למניעת היווצרות קרישי דם ומניעת הישנות של התקף לב. תופעות לוואי עיקרית- דימומים וכיב קיבה.

Plavix – מעכב היצמדות טסיות ובכך מפחית אירועים טרשתיים בחולים בסיכון. בדרך כלל ניתן, אצלנו, לאחר צנתור עם תומכן (סטנט). ממומן רק בחלקו על ידי קופות החולים. תופעות לוואי עיקריות: פריחה, דימום, שלשולים.



חוסמי סידן (Ikacor, Norvasc, Osmoadalat, Dilatam)–

Ikacor– חוסם סידן. מרחיב כלי דם בגוף ובכך מוריד את לחץ הדם. מרחיב את העורקים הקורונריים ובכך מפחית את ההיארעות והחומרה של כאבים בחזה (angina pectoris). ובנוסף התרופה ניתנת גם לטיפול בקצב לב מואץ.

תופעות לוואי עיקריות: הפרעות קצב, דופק איטי, עצירות.

Norvasc– ניתן בשילוב עם תרופות נוספות לטיפול בלחץ דם וכאבים בחזה (angina pectoris).

תופעות לוואי עיקריות: דופק איטי, ירידה בלחץ הדם, כאבי ראש.

חוסמי גיטא (Neoblock, Normiten, Dimitone)– מפחיתים את קצב הלב ואת לחץ הדם ובכך

מפחיתים את תדירות ההתקפים של angina pectoris.

תופעות לוואי עיקריות: דופק איטי, חולשה, עלול לגרום לאימפוטנציה, הפרעות ריכוז, עייפות.

ניטרטים (Monocord, Isotard)– לטיפול מניעתי של כאבים בחזה. מגביר את זרימת הדם בעורקים

הקורונריים על ידי הרחבתם.

תופעות לוואי עיקריות: כאבי ראש, ירידה בלחץ הדם, דופק מהיר. * שימוש בשילוב עם תרופות

לאימפוטנציה (כגון: Viagra) הוא **מסוכן!** ועלול אף להיות קטלני בשל ירידה חדה בלחץ הדם. (יש

להיוועץ עם הרופא המטפל לפני השימוש בתרופות אלו).

חוסמי האנזים המהפך (ACE Inhibitors) (Convertin, Capoten, Tritace)– ניתנים בשילוב עם

תרופות נוספות לטיפול ביתר לחץ דם ולטיפול באי ספיקת לב.

תופעות לוואי עיקריות: שיעול, ירידת לחץ דם, מעלים רמות אשלגן בדם.

❖ **פעילות גופנית–** ההמלצות שלנו לפעילות גופנית לאורח חיים בריא ונכון הן הליכה יומיומית

כשעה בכל יום. כמובן, שלאחר השחרור יש להתחיל את הפעילות הגופנית בהדרגה, תוך הקשבה

לגופך. פעילות גופנית תורמת למראה, להרגשה ולתחושת הבריאות הכללית. פעילות גופנית

משפרת את תפקוד הלב ומשפרת את זרימת הדם בגוף ובכך מסייעת למניעת מחלות לב וכלי דם.

בנוסף לכל זאת פעילות גופנית מפחיתה את רמת הכולסטרול, מורידה את לחץ הדם, מסייעת

לשמירה על משקל הגוף, עוזרת בהפגת מתחים ועוד.. ועוד..

שיקום לב– תוכניות שיקום לב קיימות במסגרות שונות וממומנות בחלקן על ידי קופות החולים.

תוכנית שיקום הלב כוללת: אימון גופני עם מדריכי כושר, אחות רופא. וכן הדרכות בנושאים שונים

הקשורים לאורח חיים בריא.

❖ **תזונה–** טרשת העורקים נגרמת על ידי גורמי סיכון שונים (עישון, סוכרת, כולסטרול גבוה, לחץ דם

גבוה, מתח נפשי ועוד, שהם גורמים הניתנים להשפעה וגורמים נוספים כגון: תורשה, גיל, מין,

שלא ניתן להשפיע עליהם). תחילתו של התהליך הוא בשקיעה של כולסטרול מחומצן בדפנות כלי

הדם הגורם להתקדמות הדרגתית של הטרשת וחסמת כלי הדם. העקרונות המרכזיים בתזונה

לשיפור תמונת שומני הדם הם: דיאטה דלת שומן מן החי ולהרבות באכילת ירקות ופרות. ניתן

לקבל ייעוץ במחלקה על ידי דיאטנית וכן לקבל דף הדרכה בנושא זה.



מרכז רפואי ע"ש ברוך פדה, פוריה

The BARUCH PADEH Medical Center, Poriya

מכון הלב ע"ש לידיה וקרול קיטנר, לאה ובנימין דודאי

- ❖ **הפסקת עישון** – בנוסף לנזק לריאות, העישון גורם לפגיעה בכלי הדם ולהיווצרות טרשת עורקים. הפסקת עישון מפחיתה באופן משמעותי את הסיכון למחלות לב ולאירוע לבבי חוזר.
- ❖ **השפעות פסיכולוגיות** – התקף לב הוא אירוע מפחיד מאוד וגורם לחרדה גדולה לך ולסובבים אותך. לאחר התקף לב או אף אירוע לבבי בדרגה חמורה פחות המתרחש בפעם הראשונה עלולים לחוש תחושות שונות ובעיקר פחד, כעס ודיכאון. אחד הפחדים הגדולים ביותר עבור אנשים הוא, שהם לא ישובו לתפקד יותר כבעבר בעבודה, בפעילויות של שעות הפנאי ובתפקוד המיני. מרבית האנשים לאחר התקף לב חוזרים לפעילות רגילה תוך מספר שבועות עד מספר חודשים, והתחושות הרעות המתלוות להתקף נעלמות בהדרגה. שינוי באורח החיים והקפדה על אורח חיים בריא ועל ההמלצות הרפואיות תורמים לחזרה מהירה לשגרה.

מידע כללי – לאחר התקף לב ותעוקת חזה בלתי יציבה ניתן ליהנות מהטבות שונות בקופות החולים, במקום העבודה ובמס ההכנסה. ניתן לקבל ייעוץ בנושא זה מן העובדת הסוציאלית במחלקה.

לנוחיותך צוות מחלקת קרדיולוגיה עומד לרשותך ויענה לפנייתך לקבלת הסבר נוסף.

טלפון: 04-6652655, 04-6652656.

החלמה מהירה ושמירה על אורח חיים בריא,
מחלקת קרדיולוגיה