



مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران
گروه پاسخ به سوالات سلامت عمومی



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تهران

عنوان:

علائم هشداردهنده سکته قلبی



نتیجه گیری:

سکته قلبی یک وضعیت اورژانسی و تهدیدکننده حیات است که معمولاً با درد یا فشار در قفسه سینه، درد انتشار یافته به بازو یا فک، تنگی نفس، تعریق سرد، تهوع و سرگیجه بروز می‌کند. با این حال، علائم ممکن است در سالمندان و بیماران دیابتی متفاوت یا خفیف‌تر باشند. شناخت این علائم و اقدام سریع برای تماس با اورژانس، مهم‌ترین عامل در کاهش آسیب قلبی و نجات جان بیمار است. هرگونه درد یا ناراحتی غیرمعمول در قفسه سینه یا علائم ناگهانی مرتبط با قلب باید جدی گرفته شود. آگاهی عمومی و آموزش مداوم می‌تواند نقش اساسی در پیشگیری از پیامدهای شدید سکته قلبی ایفا کند.

متن بررسی:

سکته قلبی که در اصطلاح پزشکی **انفارکتوس میوکارد** نامیده می‌شود، یکی از شایع‌ترین و جدی‌ترین اورژانس‌های پزشکی در سراسر جهان است. این وضعیت زمانی رخ می‌دهد که جریان خون در یکی از عروق تغذیه‌کننده عضله قلب (عروق کرونر) به طور ناگهانی مسدود شود. در نتیجه، بخشی از عضله قلب اکسیژن کافی دریافت نمی‌کند و در صورت تداوم انسداد، قلب دچار آسیب یا مرگ سلولی می‌شود. از آنجا که قلب وظیفه پمپاژ خون به تمام بدن را بر عهده دارد، هرگونه اختلال جدی در عملکرد آن می‌تواند پیامدهای خطرناک و حتی مرگبار داشته باشد. نکته بسیار مهم این است که سکته قلبی معمولاً با علائم هشداردهنده‌ای همراه است که در صورت شناسایی سریع و مراجعه فوری به مراکز درمانی، می‌توان از آسیب گسترده به عضله قلب جلوگیری کرد. آگاهی عمومی درباره این علائم، نقش حیاتی در نجات جان بیماران دارد (۲۹).



سکته قلبی چگونه رخ می‌دهد؟

در اغلب موارد، سکته قلبی زمانی اتفاق می‌افتد که یکی از شریان‌های کرونری توسط لخته خون مسدود شود. این لخته معمولاً در محل پلاک‌های چربی (تجمع رسوبات چربی) که طی سال‌ها در دیواره رگ تشکیل شده‌اند ایجاد می‌شود. هنگامی که دیواره رگ ناگهان دچار ترک‌خوردگی یا پارگی می‌شوند، بدن برای ترمیم آن لخته تشکیل می‌دهد؛ اما این لخته ممکن است مسیر جریان خون را به طور کامل ببندد. قطع جریان خون حتی برای مدت کوتاه می‌تواند باعث آسیب به عضله قلب شود. هرچه انسداد طولانی‌تر باقی بماند، میزان آسیب بیشتر خواهد بود. به همین دلیل، سکته قلبی یک وضعیت کاملاً وابسته به زمان است و درمان سریع می‌تواند از تخریب دائمی بافت قلب جلوگیری کند (۱-۳).



مهم‌ترین علائم هشداردهنده سکته قلبی

علائم سکته قلبی ممکن است ناگهانی یا تدریجی باشند. شایع‌ترین علامت، درد یا احساس فشار در قفسه سینه است. این درد معمولاً در مرکز یا سمت چپ قفسه سینه احساس می‌شود و ممکن است چند دقیقه طول بکشد یا برطرف شده و دوباره بازگردد. بیماران اغلب آن را به صورت فشار، سنگینی، فشردگی یا سوزش توصیف می‌کنند.

علاوه بر درد قفسه سینه، علائم زیر نیز ممکن است دیده شوند:

● درد یا ناراحتی در بازوها (به‌ویژه بازوی چپ)، شانه‌ها، گردن، فک یا پشت

● تنگی نفس، با یا بدون درد قفسه سینه

● تعریق سرد

● تهوع یا استفراغ

● سرگیجه، سبکی سر یا احساس ضعف ناگهانی

● خستگی غیرمعمول و بی‌دلیل

شایع‌ترین علامت سکته قلبی، ضعف ناگهانی صورت، بازو یا پا است که اغلب در یک طرف بدن رخ می‌دهد. لازم به ذکر است که همه افراد تمام این علائم را تجربه نمی‌کنند. برخی افراد ممکن است تنها یک یا دو علامت داشته باشند. همچنین شدت درد می‌تواند متفاوت باشد؛ در بعضی موارد، درد بسیار شدید است و در برخی دیگر، خفیف اما مداوم است (۶ و ۵ و ۴).

علائم هشدار حمله قلبی
این علائم و نشانه‌ها را بشناسید

درد یا ناراحتی در هر یک از این نواحی:



ممکن است علائم زیر را نیز تجربه کنید:



سرگیجه یا سبکی سر تنگی نفس یا نفس نفس زدن تعریق سرد حالت تهوع یا بیماری

ممکن است دچار حمله قلبی شده باشید.

با ۱۱۵ تماس بگیرید

تفاوت علائم در زنان، سالمندان و بیماران دیابتی

اگرچه درد قفسه سینه شایع‌ترین علامت سکته قلبی است، اما در برخی گروه‌ها ممکن است علائم متفاوت دیده شود. زنان بیشتر از مردان ممکن است علائمی مانند تنگی نفس، تهوع، استفراغ، درد پشت یا فک، و خستگی غیرمعمول را تجربه کنند، حتی بدون درد شدید قفسه سینه (۲). سالمندان و افراد مبتلا به دیابت نیز ممکن است علائم غیرمعمول یا خفیف‌تری داشته باشند. در برخی موارد، بیماران دیابتی به دلیل آسیب عصبی ناشی از بیماری، درد شدیدی احساس نمی‌کنند؛ این وضعیت گاهی سکته قلبی خاموش نامیده می‌شود. همین تفاوت‌ها ممکن است باعث تأخیر در مراجعه به پزشک شود (۷۹).

در صورت مشاهده علائم چه باید کرد؟

در مواجهه با علائم احتمالی سکته قلبی، مهم‌ترین اقدام تماس فوری با اورژانس است. تأخیر در دریافت کمک پزشکی می‌تواند باعث آسیب گسترده‌تر به عضله قلب شود. توصیه می‌شود فرد مشکوک به سکته قلبی، خود رانندگی نکند و با اورژانس تماس گرفته شود تا خدمات درمانی در سریع‌ترین زمان ممکن ارائه شود. همچنین، اگر فرد به آسپیرین حساسیت نداشته باشد، سابقه خونریزی فعال یا منع مصرف نداشته باشد و پزشک قبلاً مصرف آن را منع نکرده باشد، می‌تواند تا زمان رسیدن اورژانس یک قرص آسپیرین ۱۶۰ تا ۳۲۵ میلی‌گرمی را جویده و مصرف کند؛ با این حال، این اقدام نباید موجب تأخیر در تماس با اورژانس شود. بسیاری از افراد تصور می‌کنند سکته قلبی همیشه با درد ناگهانی و بسیار شدید همراه است، در حالی که در برخی موارد علائم می‌توانند تدریجی، خفیف یا غیرمعمول باشند. اشتباه گرفتن درد قلبی با مشکلات گوارشی، استرس یا خستگی یکی از دلایل شایع تأخیر در مراجعه است. حتی اگر علائم خفیف باشند یا پس از چند دقیقه کاهش یابند، نباید نادیده گرفته شوند. برخی افراد ممکن است تصور کنند که درد ناشی از سوءهاضمه یا خستگی است، اما تشخیص قطعی تنها توسط پزشک امکان‌پذیر است. اقدام سریع می‌تواند جان بیمار را نجات دهد و از نارسایی قلبی یا عوارض طولانی‌مدت جلوگیری کند (۷۹).



اقدامات لازم جهت بهبودی پس از حمله قلبی

در صورت بروز حمله قلبی، ممکن است آسیب‌هایی به قلب وارد شده باشد. این آسیب می‌تواند بر ریتم ضربان قلب و توانایی آن در پمپاژ خون به سایر نقاط بدن تأثیر بگذارد. همچنین، فرد ممکن است در معرض خطر حملات قلبی مجدد یا بیماری‌هایی نظیر سکته مغزی، اختلالات کلیوی و بیماری شریان محیطی^۱ قرار گیرد.

با انجام اقدامات زیر می‌توان احتمال بروز مشکلات سلامت در آینده را پس از حمله قلبی کاهش داد:

فعالیت بدنی: در مورد فعالیت‌های روزمره زندگی و کاری با تیم مراقبت‌های بهداشتی مشورت شود. پزشک ممکن است توصیه کند که برای مدتی پس از حمله قلبی، انجام برخی فعالیت‌های کاری، سفر یا فعالیت‌های جنسی محدود شود.

تغییرات سبک زندگی: داشتن رژیم غذایی سالم‌تر، افزایش فعالیت بدنی، ترک سیگار و مدیریت استرس - علاوه بر مصرف داروهای تجویز شده - می‌تواند به بهبود سلامت قلب و ارتقای کیفیت زندگی کمک کند. در مورد شرکت در برنامه‌ای تحت عنوان توانبخشی قلبی برای ایجاد این تغییرات در سبک زندگی، از تیم درمانی سوال شود.



۱. بیماری شریان‌های محیطی به وضعیتی گفته می‌شود که در آن رگ‌های خونی خارج از قلب و مغز، به‌ویژه در پاها، تنگ یا مسدود می‌شوند و در نتیجه خون کمتری به اندام‌ها می‌رسد.

توانبخشی قلبی: توانبخشی قلبی برنامه‌ای حیاتی برای تمامی افرادی است که در حال بهبودی پس از حمله قلبی، نارسایی قلبی یا سایر مشکلات قلبی نیازمند جراحی یا مراقبت‌های پزشکی هستند. توانبخشی قلبی یک برنامه نظارت‌شده است که شامل موارد زیر می‌باشد:

● فعالیت بدنی.

● آموزش در زمینه زندگی سالم، شامل تغذیه سالم، مصرف صحیح داروها طبق تجویز پزشک و روش‌های کمک به ترک سیگار.

● مشاوره برای یافتن راهکارهای کاهش استرس و بهبود سلامت روان.

تیمی متشکل از متخصصان مختلف ممکن است شما را در طول دوره توانبخشی قلبی همراهی کنند؛ این تیم شامل تیم مراقبت‌های بهداشتی، متخصصان ورزش و تغذیه، فیزیوتراپیست‌ها، و مشاوران یا متخصصان سلامت روان می‌باشد (۸۹۲).

منابع:

1. Rao SV, O'Donoghue ML, Ruel M, Rab T, Tamis-Holland JE, Alexander JH, Baber U, Baker H, Cohen MG, Cruz-Ruiz M, Davis LL, de Lemos JA, DeWald TA, Elgendy IY, Feldman DN, Goyal A, Isiadinso I, Menon V, Morrow DA, Mukherjee D, Platz E, Promes SB, Sandner S, Sandoval Y, Schunder R, Shah B, Stopyra JP, Talbot AW, Taub PR, Williams MS. 2025 ACC/AHA/ACEP/NAEMSP/SCAI Guideline for the Management of Patients With Acute Coronary Syndromes: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Joint Committee on Clinical Practice Guidelines. *Circulation*. 2025 Apr;151(13):e771-e862. doi: 10.1161/CIR.0000000000001309. Epub 2025 Feb 27. Erratum in: *Circulation*. 2025 Apr;151(13):e865. doi: 10.1161/CIR.0000000000001328. Erratum in: *Circulation*. 2025 Jun 24;151(25):e1098. doi: 10.1161/CIR.0000000000001346. Erratum in: *Circulation*. 2025 Nov 11;152(19):e402. doi: 10.1161/CIR.0000000000001397. PMID: 40014670.
2. National Heart, Lung, and Blood Institute. What Is a Heart Attack?. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/heart-attack>
3. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Heart Attack. <https://www.cdc.gov/heart-disease/about/heart-attack.html>
4. WHO. [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))
5. National Heart, Lung, and Blood Institute. Symptoms. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/heart-attack/symptoms>
6. MAYO CLINIC. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/heart-attack/symptoms-causes/syc-20373106>
7. Thygesen K, Alpert JS, Jaffe AS, Chaitman BR, Bax JJ, Morrow DA, White HD; Executive Group on behalf of the Joint European Society of Cardiology (ESC)/American College of Cardiology (ACC)/American Heart Association (AHA)/World Heart Federation (WHF) Task Force for the Universal Definition of Myocardial Infarction. Fourth Universal Definition of Myocardial Infarction (2018). *Glob Heart*. 2018 Dec;13(4):305-338. doi: 10.1016/j.ghheart.2018.08.004. Epub 2018 Aug 25. PMID: 30154043.
8. Byrne RA, Rossello X, Coughlan JJ, Barbato E, Berry C, Chieffo A, Claeys MJ, Dan GA, Dweck MR, Galbraith M, Gilard M, Hinterbuchner L, Jankowska EA, Juni P, Kimura T, Kunadian V, Leosdottir M, Lorusso R, Pedretti RFE, Rigopoulos AG, Rubini Gimenez M, Thiele H, Vranckx P, Wassmann S, Wenger NK, Ibanez B; ESC Scientific Document Group. 2023 ESC Guidelines for the management of acute coronary syndromes. *Eur Heart J*. 2023 Oct 12;44(38):3720-3826. doi: 10.1093/eurheartj/ehad191. Erratum in: *Eur Heart J*. 2024 Apr 1;45(13):1145. doi: 10.1093/eurheartj/ehad870. PMID: 37622654.

گزاره‌برگ‌های حاضر توسط مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران تهیه شده و کلیه حقوق معنوی آن محفوظ است.

مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران، سازمانی است که برای دیده‌بانی وضعیت سلامت، تولید و ترویج به‌کارگیری شواهد علمی مورد نیاز برنامه‌ریزان و سیاستگذاران سلامت و جامعه در سطح ملی ایجاد شده است. مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران در تلاش است با عمل به رسالت خود به‌عنوان دیده‌بان سلامت کشور با استفاده از همه توان دانشی داخل کشور و به‌کارگیری ظرفیت‌های بین‌المللی، ضمن پیش‌بینی روندها و رصد شاخص‌های نظام سلامت؛ با استفاده از تجربیات سایر نظام‌های سلامت، مداخلات مؤثر برای اصلاحات در نظام سلامت را طراحی و توصیه کند و در صورت اجرای آنها به ارزیابی و پایش مداخلات بپردازد. از سویی به‌عنوان مرجع و مشاور تأمین شواهد علمی تصمیم‌گیران سلامت در کشور و دیده‌بانی منطقه شناخته شده و از این طریق مجریان و متولیان حوزه سلامت را در دستیابی به جامعه سالم یاری می‌کند.

این مؤسسه در راستای انجام وظایف سازمانی و همچنین مسئولیت اجتماعی خود با رصد مداوم اخبار و اطلاعات نامعتبر حوزه سلامت در سطح جامعه و شناسایی نیازهای آموزشی مردم، با بهره‌گیری از ظرفیت علمی خود در زمینه مرور آخرین شواهد علمی، اقدام به تهیه گزاره‌برگ‌های پاسخ به سوالات سلامت عمومی نموده است. هدف از تهیه این گزاره‌برگ‌ها ارتقا سطح سواد سلامت مردم و در نتیجه آن بهبود سلامت جامعه می‌باشد.

مؤسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران

تهران، بلوار کشاورز، خیابان وصال شیرازی، خیابان بزرگمهر شرقی، پلاک ۷۰



محتوای الکترونیک گزاره برگ‌ها در وبسایت موسسه، به آدرس www.nihr.tums.ac.ir قابل دستیابی است. در صورت هرگونه ابهام و یا سوالات مرتبط با سلامتی با آدرس ایمیل **گروه پاسخ به سوالات سلامت عمومی** موسسه nihr-info@sina.tums.ac.ir در تماس باشید.