

آموزش جامع بیمار در مورد ایسکمی اندام فوقانی و تحتانی

ایسکمی اندام چیست؟

ایسکمی (Ischemia) یعنی کاهش یا قطع جریان خون به اندام (دست یا پا) که باعث کمبود اکسیژن و مواد غذایی در بافت می‌شود. اگر سریع درمان نشود، می‌تواند باعث آسیب دائمی یا از دست رفتن اندام شود.

علت‌های ایسکمی اندام

علل شایع

لخته خون (ترومبوز یا آمبولی)

تنگی یا انسداد عروق (آترواسکلروز)

آسیب عروقی بعد از ضربه یا جراحی

فشار طولانی مدت روی عروق

بیماری‌های قلبی (منبع ایجاد آمبولی)

دیابت

سیگار

فشار خون بالا

کلسترول بالا

علائم و نشانه‌ها (P6 کلاسیک)

6 علامت مهم ایسکمی:

Pain (درد شدید ناگهانی)

Pallor (رنگ‌پریدگی اندام)

Pulselessness (نبود نبض)

Paresthesia (گزگز و بی‌حسی)

Paralysis (ضعف یا فلج)

Poikilothermia (سردی اندام)

تشخیص

پزشک از روش‌های زیر استفاده می‌کند:

معاینه نبض‌های اندام

داپلر عروقی

آنژیوگرافی

CT آنژیو

MRI آنژیو

آزمایش خون (در صورت نیاز)

درمان ایسکمی اندام

درمان فوری (اورژانسی)
ضد انعقادها (مثل هپارین)
کنترل درد
بهبود جریان خون
اکسیژن درمانی

درمان های مداخله ای

ترومبولیز (حل کردن لخته)
آنژیوپلاستی و استنت
جراحی بای پس عروقی
ترومبکتومی (خارج کردن لخته)

در موارد شدید
احتمال قطع عضو در صورت نکروز شدید

خودمراقبتی بیمار

از سیگار کاملاً اجتناب کنید
داروهای رقیق کننده خون را منظم مصرف کنید
از بی حرکتی طولانی خودداری کنید
اندام را در وضعیت مناسب نگه دارید
از فشار دادن یا بستن محکم اندام جلوگیری کنید
مراقبت دقیق از پوست اندام

فعالیت و تحرک مجاز

✓ حرکت ملایم انگشتان ✓ راه رفتن سبک (در ایسکمی پا) ✓ تمرینات فیزیوتراپی طبق دستور
ممنوع
X نشستن یا ایستادن طولانی X فشار روی اندام X استفاده از لباس یا کفش تنگ X بی حرکتی کامل طولانی مدت

تغذیه مناسب
کاهش چربی های اشباع
مصرف سبزیجات و میوه ها
ماهی (امگا 3)
غلات کامل
کاهش نمک

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

کنترل قند خون در دیابتی‌ها
مصرف مایعات کافی

مراقبت از پوست و اندام
بررسی روزانه رنگ و دمای اندام
جلوگیری از زخم و فشار
مرطوب نگه داشتن پوست
جلوگیری از آسیب و ضربه
استفاده از کفش مناسب (در اندام تحتانی)

استحمام

در صورت وضعیت پایدار، دوش گرفتن مجاز است
از آب بسیار داغ یا بسیار سرد خودداری شود
از ماساژ شدید اندام پرهیز شود
پس از حمام، اندام کاملاً خشک و گرم نگه داشته شود

تعویض پانسمان (در صورت وجود زخم یا جراحی)

شستشوی دست قبل و بعد از پانسمان
استفاده از گاز استریل
خشک و تمیز نگه داشتن زخم
تعویض در صورت خیس یا آلوده شدن
عدم استفاده از مواد غیر تجویز شده
بررسی ترشح، قرمزی یا بوی بد

نشانه‌های خطر (اورژانسی)

درد شدید و ناگهانی اندام	سرد شدن یا رنگ‌پریدگی شدید	بی‌حسی یا فلج ناگهانی	عدم لمس نبض	تغییر رنگ آبی یا
سیاه شدن انگشتان	تورم شدید و درد غیرقابل تحمل	زخم‌های نکروتیک یا سیاه شدن پوست		

این موارد نیاز به مراجعه فوری به اورژانس دارند.

عوارض ایسکمی درمان نشده

نکروز (مرگ بافت)

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

عفونت شدید
گانگرن
قطع عضو
نارسایی عملکرد اندام
سپسیس (عفونت خون)

پیگیری و مراقبت‌های بعدی

ویزیت منظم عروق
انجام سونوگرافی داپلر
کنترل عوامل خطر (دیابت، فشار خون)
مصرف داروها طبق دستور پزشک
ترک سیگار

آموزش‌های ضروری هنگام ترخیص

✓ مصرف داروهای ضد انعقاد ✓ علائم خطر ایسکمی ✓ مراقبت از اندام ✓ محدودیت فعالیت ✓ تغذیه مناسب ✓ پیگیری‌های تخصصی ✓ نحوه مراقبت از زخم (در صورت وجود)

منابع علمی مورد استفاده

1. Rutherford's Vascular Surgery and Endovascular Therapy
2. Sabiston Textbook of Surgery
3. Harrison's Principles of Internal Medicine
4. Brunner & Suddarth's Medical-Surgical Nursing
5. Essentials of Vascular Medicine
6. Society for Vascular Surgery (SVS) Patient Education
7. American Heart Association (AHA) Peripheral Artery Disease Information
8. NICE Peripheral Arterial Disease Guidelines
9. UpToDate Patient Education – Acute Limb Ischemia