

急性心梗的六大护理要点

米忠琼

昭觉县人民医院 四川昭觉 616150

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 09-110-01

急性心梗, 又被称为心肌梗死, 是一种严重的心血管疾病, 它发生时心脏肌肉的血液供应突然中断, 可能导致心肌坏死。在我国心肌梗死疾病的死亡率一直居高不下, 严重危及人们的生命安全。急性心梗是一种医疗紧急情况, 需要迅速采取措施进行治疗, 若控制不及时很容易导致死亡。近年来, 该病的发病年龄更加年轻化, 使社会各界人士感慨这种急病对人类生命健康的危害。本文将介绍六大护理要点, 有助于提高急性心梗患者的生存率和康复。

一、急性心梗的病因



急性心梗在医学上比较常见的病因为冠状动脉粥样硬化, 主要和人们日常生活中吸烟、喝酒、运动量不足、长时间处于高压情绪等有关。心梗发生后人们身体心脏的供血渠道会由于多种原因造成堵塞, 从而导致人们身体的耗氧量增加。急性心梗是突然性发作, 患者发病前, 身体会存在明显的乏力、胸闷、气促等, 发病后心梗持续时间超过 30 分钟很容易导致濒死等情况。

二、急性心梗护理要点

急性心梗的病情进展速度快, 若治疗不当很容易造成休克, 危及生命, 因此对急性心梗患者给予合理的护理干预, 可以挽救患者的生命, 提升治愈率, 以下是一些护理要点:

1. 早期识别和呼叫急救: 急性心梗的早期识别是拯救生命的关键。以下是一些常见的症状: ①剧烈的胸痛或不适, 通常持续超过几分钟; ②胸痛可能辐射至手臂、颈部、下巴、背部或胃部; ③呼吸困难: 患者存在明显的气短症状; ④恶心、呕吐; ⑤头晕或晕厥; ⑥冷汗、皮肤变苍白; ⑦心悸或不规则的心跳。日常生活中如果您或他人出现这些症状, 立即拨打急救电话 (如 120), 并告诉调度员您怀疑出现急性心梗。不要试图自己前往医院, 应等待急救人员的到来。

2. 停止体力活动、原地休息: 在发现急性心梗症状后, 患者应立即停止任何体力活动, 原地休息并保持相对安静。

体力活动可能会增加心脏的工作负荷, 加重症状。

3. 服用急救药物: 如果急救人员尚未到达, 患者可以服用阿司匹林。阿司匹林可以帮助阻止血栓形成, 从而减轻心肌梗死的严重程度。然而, 在服用任何药物之前, 应咨询急救电话中的医务人员。

4. 心电监护和急救措施护理: 急救人员将对患者行心电图检查和心电监护, 以确认心梗的诊断。一旦心梗被确认, 应采取以下急救措施: ①给予药物: 可口服或通过静脉注射给予药物, 如抗凝血药和抗血小板药物, 以减轻症状和阻止进一步的血栓形成。②溶栓疗法: 对于某些患者, 特定药物 (溶栓剂) 可以在病院的急诊室或冠脉造影室中使用, 以溶解血栓和恢复血液流动。③氧气疗法: 氧气可以增加心脏和身体的氧供应, 有助于减轻心肌梗死的症状。④急诊冠脉介入治疗 (PCI): 对于适用的患者, PCI 是一种通过导管插入冠状动脉, 清除阻塞并放置支架来恢复血流的介入性手术。

5. 长期治疗和康复: 急性心梗的急救只是整个治疗过程的一部分。患者通常需要长期的治疗和康复来降低再次发作的风险。①药物治疗: 包括抗凝血药、抗血小板药、β受体拮抗剂、他汀类药物等, 这些药物有助于控制高血压、高胆固醇、糖尿病等风险因素, 减少心脏负担。②生活方式改变: 包括戒烟、健康饮食、增加体力活动、控制体重和减少压力。患者在日常生活中注意加强饮食的管理, 注意均衡饮食, 保证身体所需的营养物质, 并注意低盐、低脂饮食, 以清淡饮食为主; 对于肥胖的患者应当注意体重的控制。日常生活中注意进行适当的锻炼, 增加身体抵抗力。对于强度比较大的工作, 适当考虑减轻工作量, 保持身心的愉悦; 便秘患者避免用力排便, 引发心梗。③心脏康复: 心脏康复计划通常包括定期锻炼, 监测和管理心脏健康状况, 以及提供支持和教育。

6. 心理健康护理: 急性心梗不仅对身体有影响, 也对心理健康产生巨大压力。患者可能会感到焦虑、抑郁、烦躁、害怕和担忧等。心理健康护理非常重要, 包括: ①寻求心理治疗: 如果患者感到情绪受到困扰, 寻求专业的心理治疗可帮助应对焦虑和抑郁。②社会支持: 与家人和朋友保持沟通, 分享感受和经历, 获得支持; 沟通过程中注意采用舒适、温柔的语言, 避免造成患者情绪激动, 引发心梗; 多进行正向鼓励, 帮助树立战胜疾病的信心。③自我关怀: 这是一种积极的信念暗示, 缓解内心的压力, 学会自我关怀和应对压力的技巧, 可以调节内心的情绪。④健康宣讲: 正确认识疾病和理解疾病的发生, 用平常心去面对治疗, 缓解或消除负面情绪, 提升治疗的效果。

总的来说, 急性心梗发病急、病情发展速度快, 治疗难度大, 具有极高的病死率。除了科学有效的紧急处理干预外, 我们还应该结合患者个体差异, 给予对症的护理干预, 来帮助患者尽早康复, 回归到正常的生活当中。