



آمادگی های لازم جهت انجام تست های قلب

تهیه کننده:

حدیثه حروفی

(کارشناس اتاق عمل)

سمانه سبزعلیزاده

(کارشناس ارشد پرستاری مراقبت ویژه)

واحد آموزش به بیمار

راهنمای

آموزشی

مددجویان

✚ آمادگی جهت انجام نوار قلبی:

- ✓ قبل از انجام تست نوار قلب، فعالیت فیزیکی شدید نداشته باشید.
- ✓ استرس را از خود دور کنید.
- ✓ قبل از مراجعه به مطب یا مراکز درمانی وعده غذایی سنگین میل ننمایید.
- ✓ آقایان لازم است حتماً موهای سینه خود را از زیر گردن تا بالای شکم بتراشند.
- ✓ از حرکت کردن، صحبت کردن، تکان خوردن که ممکن است بر روی نتایج تست نوار قلب تاثیر بگذارد، در طول انجام تست خودداری کنید.

✚ آمادگی های لازم قبل از تست ورزش

- ✓ قبل از انجام تست ورزش حتماً دوش بگیرید .
- ✓ قبل از انجام تست حداقل ۸ الی ۹ ساعت خوابیده ، تا استرس شما از بین برود.
- ✓ از خوردن غذاهای سنگین، چرب و همچنین نوشیدن الکل، چای و قهوه خودداری کنید.
- ✓ از انجام فعالیت های بدنی شدید، پرهیز کنید.
- ✓ آقایان لازم است حتماً موهای سینه خود را از زیر گردن تا بالای شکم بتراشند.
- ✓ حتماً لباس راحت، جلو باز و آستین کوتاه همراه خود داشته باشید.
- ✓ در صورت لزوم یک نفر همراه داشته باشید.
- ✓ در صورتی که داروهای قلبی نظیر پروپرانول، آمیلودیپین، آتنولول، دیلتیازم، متورال، نیتروگانتین و ... مصرف می کنید با پزشک در مورد قطع یا ادامه مصرف داروها مشورت کنید.
- ✓ طبق دستور پزشک داروهای قلبی را دو روز قبل قطع کنید و در صورتی که درد قفسه سینه داشتید، از زیر زبانی استفاده کنید.
- ✓ اگر به دیابت مبتلا هستید، نیازی به قطع داروی خود ندارید و اگر یک ساعت قبل از تست ورزش ناشتا باشید؛ نیز کافی است.
- ✓ نام دارو های خود را بدانید یا آن ها را همراه داشته باشید.
- ✓ آخرین نوار قلب خود را همراه داشته باشید .
- ✓ اگر برای مشکلات تنفسی خود، از داروهای استنشاقی مثل انواع اسپری استفاده می کنید، آنها را همراه خود بیاورید.
- ✓ حداقل تا دو ساعت قبل از شروع تست ورزش از خوردن غذا، نوشیدنی و مواد محرک و استعمال دخانیات خودداری نمایید.
- ✓ لباس راحت و گشاد بپوشید.

✚ راهنمای آمادگی قبل از اسکن قلب

- ✓ قبل از انجام اسکن استحمام نمایید و آقایان لازم است موهای سینه خود را از گردن تا بالای شکم بتراشند.
- ✓ ۲ ساعت قبل از انجام تست ناشتا باشید. (بیماران دیابتی، رژیم غذایی و داروهای معمول خود را مصرف نموده و فقط به مدت ۲ ساعت قبل از انجام تست ناشتا باشند)

- ✓ مدارک پزشکی شامل نوار قلب، اکو، گزارش آنژیوگرافی، و دفترچه بیمه خود را به همراه داشته باشید. همچنین هنگام مراجعه یک پاکت شیر پر چرب یا خامه همراه داشته باشید.
- ✓ پیراهن جلو باز نخي آستين گشاد و دکمه دار (بدون دکمه فلزی) بپوشید و در مورد خانم ها حتما شلوار راحت پوشیده یا به همراه داشته باشید.
- ✓ ۱۲ ساعت قبل از انجام تست چای، قهوه و شکلات میل نکنید و سیگار نکشید.
- ✓ در صورت مصرف داروهای قلبی یا فشار خون طبق هماهنگی با پزشک معالج داروها را قطع نمایید.

منابع:

کتاب روشهای آمادگی جهت تست های پزشکی (Preparation of medical test)، رضا پور دست، دانشگاه علوم پزشکی گیلان