

Kalp sondası muayenesinden sonra yapılacaklar

- **Şeker hastalığı:**

Hedef değerler:

Aç karnına şeker değeri < 110 mg/dl

HbA1c < % 7

- Fazla kiloları atma
- çok sayıda dayanıklılık hareketleri
- ilaç tedavisi
- aile doktorunda düzenli kontrol

- **Fazla kilo:**

Hedef değer: Vücut ölçüm endeksi 20-25, "açlık kurları" zararlı!

- "Akdeniz yiyeceklerine" tutarlı geçiş: daha fazla meyve, sebze, balık, hayvansal yağlar yerine bitkisel yağlar

Daha az kalori, daha az yağ, daha fazla hareket!

- **Sigara:** mutlaka bırakılmalı
- İhtiyaç hissedildiğinde nikotin yerine başka maddeler, psikolojik yardım
- **Hareket eksikliği:** Haftada 3 kere en az 45 dak. dayanıklılık sporu! (Ergometriye göre egzersiz sırasındaki nabız)

Kalp sondası muayenesinden sonra yapılacaklar

ONEMLI:

Kalp sondası ameliyatından sonra yapılacaklar

Kasıktan girildiğinde:

1 hafta boyunca banyo yapmayın, ağır yük kaldırmayın, saunaya gitmeyin

Elden girildiğinde:

Kolu 48 saat boyunca koruyun

Giriş noktasında şiddetli ağrı varsa ya da ağrılar artarsa, kanama olursa ya da bölge şişerse lütfen bir doktora ya da en yakın hastaneye kontrole gidin.

15 dakikadan uzun süren şiddetli akut kalp şikayetlerinde ve istirahate rağmen bu şikayetler geçmezse (gerekirse Nitro sprey ile) lütfen hemen acile gidin!

Verdiğimiz bu bilgilerle bütün sorularınızı cevaplamış olmayı umar size acil şifalar dileriz!

Tedavinizi yapan ekip

Künye:

Sahibi: NÖ Landesgesundheitsagentur

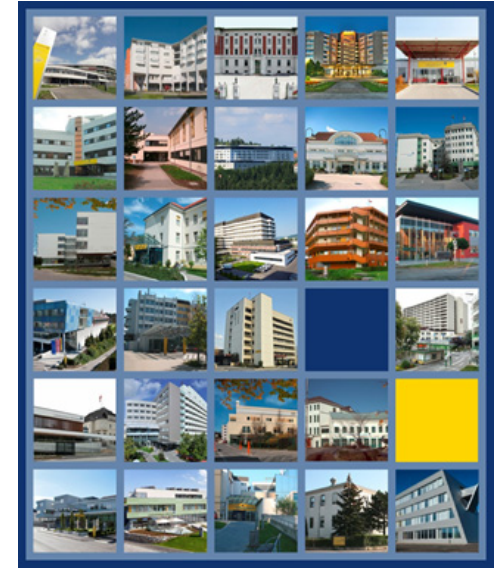
Baskı 05/2015

Herzkatheteruntersuchung

www.lknoe.at

Dahili Tıp

Taburculuk bilgisi



Kalp sondası ameliyatından sonra yapılacaklar

**LANDES
GESUNDHEITS
AGENTUR**

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Kalp sondası muayenesinden sonra yapılacaklar ■

Değerli Bayan hasta!

Değerli Bay hasta!

Az önce bir kalp sondası muayenesinden geçtiniz. Eğer hastalığa bağlı bir takım değişiklikler varsa muayenenizi yapan doktor bunları sizinle detaylı olarak konuşacak.

Ayrıca bir tedavi yapıldıysa (balon esnetme, stent vs.) size ayrıca muayene öncesine ve sonrasına ait resimler gösterilecek ya da bütün muayeneyi içeren bir CD verilecek.

Bir damar hastalığına olumlu etki edebilmek için şunlara dikkat edilmelidir: Kalp damarlarının daralması çoğunlukla diğer damar alanlarında değişimlerle de bağlantılıdır. Dolayısıyla da bu genel bir hastalıktır ve bunun için çok sayıda tedbir alarak tedavi yapmak gerekiyor.

Kalp sondası muayenesinden sonra yapılacaklar ■

Kendi yardımınızın yerini ise hiç bir şey tutmaz! Risk faktörlerindeki değişimler arteriyoskleroz hastalığının seyrini önemli derecede yavaşlatabilir veya durdurabilir. Hatta yaşama tarzınızı değiştirip sağlıklı yaşamaya başladığınızda var olan damar daralmasının iyileşmesi bile mümkün.

ÖNEMLİ:

Balonla genişletme ya da stentle yapılan başarılı bir tedaviden sonra bile sizin katkılarınız gereklidir!

⇒ **İlaçlarınızı aynen almanız gerekiyor,**

⇒ düzgün **beslenmelisiniz** ve

⇒ sağlıklı yaşamalısınız

bunlar hastalığın seyri için çok önemli etkenlerdir.

1. İLAÇ TEDAVİSİ

- Tedavinizi yapan doktorun sizin için hazırladığı bireysel terapi şemasına uyun.

Kalp sondası muayenesinden sonra yapılacaklar ■

- Eğer balonla esnetme yapıldıysa (stentli veya stentsiz), belirtilen zaman diliminde mutlaka pıhtılaşmayı önleyen ilaçlar (Aspirin®, Plavix®, Brilique® veya Efiect®) kullanmanız gerekiyor. Aksi takdirde stent tıkanabilir ve akut bir kalp krizi geçirebilirsiniz!

2. RİSK FAKTÖRLERİNİN TEDAVİSİ

- **Yüksek tansiyon:**

Üst sınır değer:

sistolik 140 mmHg altında

diyastolik 90 mmHg altında

Tuzu ve alkolü azaltın, kilo verin, spor yapın, tansiyonu düşürün ve stabilize edin

Değerler 140/90 mmHg'nin üzerindeyse tansiyon ilaçlarla düşürülmelidir.

- **Kandaki yağın artması:**

Hedef değerler:

LDL kolesterol < 100 mg/dl

Enfarktüs veya stent sonrası: < 70 mg/dl