



آموزش به بیمار

تأثیر دخانیات بر قلب



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزش سلامت

- ◆ - نفس کشیدن شما ساده تر میشود.
- ◆ - بوی سیگار در لباس شما از بین میرود.
- ◆ - احساس نیاز به سیگار کشیدن از بین میرود.
- ◆ - طول زندگی شما بیشتر شده و احتمال ابتلا به بیماری قلبی، سکته مغزی، بیماری ریوی و سرطان در شما کاهش میابد.
- ◆ - بالا رفتن از پله ها برای شما ساده تر میشود



منبع: www.Clinical key.com

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر با ۰۵۱۳۵۰۷۲۲۸۲ تماس بگیرید.

تماس بگیرید.



با ما همراه باشید در سایت بیمارستان شریعتی:



بیماری قلبی با تعداد سیگارهای کشیده شده، درجه استنشاق و سن شروع به سیگار کشیدن در ارتباط است. با کنار گذاشتن سیگار خطر بیماری های عروق کرونر (قلب) کاهش می یابد و بعد از حدود سه سال از ترک خطر مرگ ناشی از این بیماری تقریباً مانند غیر سیگاری هاست.

پس از ترک سیگار چه اتفاقی رخ میدهد؟

- ویتامین ها و املاح به میزان کافی در بدن شما جذب

می شود.

- حس بویایی و چشایی شما برمیگردد

- سرفه های شما قطع میشود

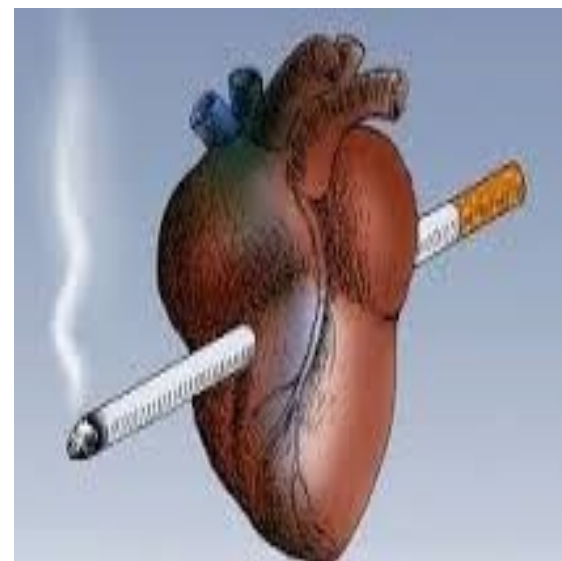
- سیستم گوارش شما به حالت طبیعی برمیگردد

- شما احساس سرزندگی و پرا انرژی بودن میکنید

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



سیگار کشیدن یک عامل خطر اصلی برای ایجاد بیماریهای قلبی و عروقی است. در حقیقت تاثیر سیگار از نظر میزان ،مشابه دو عامل خطر اصلی دیگر یعنی فشار خون بالا و افزایش کلسترول خون است.



سیگار سبب افزایش خطر بیماری قلبی و عروقی

،بیماری ریوی و منجر به افزایش خطر ایجاد سرطان ریه و گلو،معدة و مثانه و بسیاری از سرطان های دیگر میشود. یکی از مهمترین اعضای بدن که کشیدن سیگار میتواند روند کاری آن را با اختلال رو به رو کند،قلب است.

خطرات قلبی عروقی مصرف سیگار:

(۱) سبب آسیب به پوشش جدار عروق میشود(باعث آسیب جدارعروق خونرسانی کننده قلب و مغز وسایراعضای بدن می شود).

(۲) افزایش احتمال لخته شدن خون(سیگار باچسبندگی پلاکت ها به یکدیگر موجب آسانتر شدن تشکیل لخته می شود).

(۳) اختلالات کلسترول خون(سبب کاهش کلسترول خوب می شود.

(۴) کاهش خون رسانی به علت تنگ شدن رگها

(۵) سبب غلیظ ترشدن خون شما می شود.

(۶) به خطر انداختن سلامت کل خانواده

(۷) ریتم ضربان قلب نرمال را مختل می کند.

(۸) افزایش فشارخون

عوامل مؤثر در بروز سیگار کشیدن:

دوری از خانواده، بیکاری، محرکهای روانی، اصرار دوستان و خویشان و حتی علاقه شخصی، کسب لذت و تقلیدو خودنمایی، از عوامل مؤثر در روی آوری به سیگار

