

مجمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

تپش قلب چیست؟

تهیه کننده: خانم سیده فاطمه جعفری

کارشناس بیهوشی

با نظارت: آقای دکتر پیمان ایزدپناه

متخصص قلب، فلوشیپ اینترونشنال

واحد آموزش ضمن خدمت

بهار ۱۴۰۳

تپش قلب یکی از انواع بیماری های قلبی و احساس ضربان قلبی است که بسیار محکم یا بسیار سریع باشد، احساس اینکه قلب ضربانی را جا بیندازد یا بلرزد. ضربان قلب نرمال بین ۶۰-۱۰۰ بار دقیقه می باشد.



علت تپش قلب چیست ؟

- ۱- ورزش کردن
- ۲- فعالیت بدنی شدید
- ۳- استفاده از کافئین
- ۴- مصرف غذاهای تند
- ۵- مصرف الکل و مواد مخدر
- ۶- مصرف داروهای خاص

- ۷- استرس ، اضطراب و اختلالات خلقی و روانی
- ۸- تغییرات هورمونی
- ۹- آریتمی و بیماری های قلبی
- ۱۰- ناهنجاری های الکترونیک

تشخیص علت تپش قلب

احتمالاً پزشک ابتدا شما را معاینه فیزیکی کرده و برای بررسی سلامت قلب ، احتمالاً آزمایش های زیر را تجویز می کنند:
آزمایش خون، آزمایش ادرار ، نوار قلب ، تست استرس قلب ، اکوی قلب



بیماریهایی که باعث بالا رفتن ضربان قلب می شوند:

- ۱- فشار خون بالا ، پرکاری تیروئید و عدم تعادل الکترولیتی
- ۲- عفونت ریوی مثل سینه پهلوی یا ذات الریه
- ۳- عفونت خونی که می تواند منجر به تب شود
- ۴- کم خونی
- ۵- فشار خون پائین
- ۶- کم آبی بدن
- ۷- مصرف الکل یا مواد کافئین دار مثل قهوه
- ۸- داروهای ضد اشتها
- ۹- اختلالات غده تیروئید
- ۱۰- اختلالات قلبی مثل بی نظمی ضربان قلب

درمان تپش قلب چگونه است ؟

درمان تپش قلب به علت آن بستگی دارد. اغلب این عارضه بی ضرر است و خود به خود از بین می رود. در این مواقع هیچ درمانی لازم نیست. اگر پزشک شما علت قطعی پیدا نکند، احتمالاً

پیشنهاد می کند که از چیزهایی که می تواند آغاز کننده آن باشد دوری کند که استراتژی های درمانی می تواند شامل موارد زیر باشد:

- ۱- کاهش اضطراب و استرس از طریق ورزش های آرامش بخش یوگا
- ۲- قطع مصرف غذاهای خاص ، مشروبات و مواد الکلی ، نیکوتین و کافئین
- ۳- اجتناب از داروهایی که به شکل محرک عمل می کند به عنوان مثال ممکن است لازم باشد که از داروهای سرفه و سرماخوردگی و مکمل های تغذیه ای گیاهی خاص اجتناب کند.

اگر تغییر سبک زندگی کمک کننده نبود با صلاحدید پزشک به دارو نیاز پیدا می کند.

تپش قلب چه علائمی دارد؟

زمانی که به تپش قلب مبتلا می شوید ، معمولاً علائم مختلفی مثل کوبیدن ضربان شدید و نامنظم شدن ضربان را در قلب خود احساس می کنید گاهی اوقات با علائم دیگری همراه است که می تواند نشانه شروع حمله قلبی باشد.

- ۱- عرق کردن
- ۲- تنگی نفس بیش از حد
- ۳- سرگیجه
- ۴- تنگی نفس
- ۵- حالت تهوع
- ۶- درد قفسه سینه
- ۷- احساس سبکی سر

سخن نهایی

تپش قلب یک اتفاق رایج است که همه ما در شرایط مختلف زندگی آن را تجربه کرده ایم، به طور کلی تپش قلب بیشتر به دلیل فعالیت بدنی ، استرس و مصرف نوشیدنی های کافئین دار و غذاهای تند ایجاد می شود در برخی شرایط نیز تپش قلب نشانه اضطراب یا بیماریهای زمینه ای قلب است.

منبع : برونر و سودارث قلب وعروق وگردش خون-۲۰۲۲-ملاحظت نیک روان مفرد/حیدری