



## הדרכה לאחר צנתור לב

הינך לאחר צנתור לב, לפניך מידע שיסייע לך ולמלוויו להבין את תהליך ההתאוששות וההחלמה שצפויים לך.

### מיד לאחר צנתור

- לאחר צנתור לב, תועבר לחדר התאוששות להשגחה למשך לפחות שעה ומשם תחזור למחלקת האשפוז.
- אזור כניסת הצנתר יהיה חבוש למניעת דימום.
- שתיה ואכילה יתאפשרו ע"פ הנחיית הצוות הרפואי.

### חזרה לשגרה

- לכל מטופל/ת קצב החלמה אישי. תחושות חרדה, לחץ נפשי ואחרות הן טבעיות ולרוב חולפות עם חזרה הדרגתית לפעילות שיוגרתית.
- **מנוחה** - יש לשוב לפעילות בהדרגה ולהימנע ממאמצים חריגים.
- **רחצה** - מומלץ להתרחץ במים פושרים, להימנע משפשוף של איזור הדקירה ובמידת הצורך להיעזר בכסא בעת הרחצה.
- **נהיגה** - למניעת דימום מאזור הדיקור מומלץ להימנע מנהיגה במשך יומיים - שלושה.
- **פעילות מינית** - אין כל מניעה אך כאמור מומלץ להימנע ממאמץ חריג. לשאלות ספציפיות, יש להיוועץ ברופא המטפל.

## • מאמץ -

לפני ביצוע פעילות הכרוכה במאמץ, יש להתייעץ עם הרופא המטפל - קרדיולוג.

## • פעילות גופנית - ניתן להתחיל בהדרגה.

אם לא עסקת בעבר בפעילות גופנית אירובית, יש להתחיל בהליכה של רבע שעה בבוקר ורבע שעה בערב, ולהאריך בהדרגה -הוספת חמש דקות פעילות מדי שבוע.

לאחר שמגיעים להליכה של 30 דקות פעמיים ביום, אפשר לעבור להליכה של

30-60 דקות פעם ביום.

\*תחילת פעילות ברמה גבוהה יותר -ע"פ המלצת רהופא/ה.

## • הפסקת עישון -יש לחדול מעישון.

מטופלים שחוזרים לעשן, גם סיגריות בודדות ביום, לאחר צנתור לב טיפולי, נמצאים בסיכון גדול לאירוע לב ולכן עליהם לחדול לעשן לחלוטין.

מומלץ לפנות לסדנה ייעודית לגמילה מעישון, דרך קופות החולים, הכוללת מפגשים עם מומחה בנושא וטיפול תרופתי לגמילה מעישון לפי הצורך.

• אנו ממליצים לשלב טיפול תרופתי עם טיפול התנהגותי בקבוצה או ביעוץ אישי כדי להעלות את סיכויי ההצלחה.

## • טיסות -מבחינה רפואית מרבית המצונתרים יוכלו לטוס לאחר שבוע ימים.

אם זאת, יש להתייעץ עם קרדיולוג המטפל בטרם טיסה, וכמובן לדאוג לביטוח רפואי .

## • מעקב רפואי -לאחר השחרור, עליך לגשת לרופא המשפחה עם מכתב השחרור מהמחלקה .

יש להיבדק על ידי רופא קרדיולוג/ית כמה שבועות לאחר השחרור -בהתאם להמלצה בשחרור.

## • תזונה -תזונה בריאה הכוללת ויטמינים, מינרלים, סיבים תזונתיים ורכיבי הזנה נוספים, מסייעת

לשמור על תקינות כלי הדם והלב.

ארבעה מגורמי הסיכון העיקריים למחלת לב כלילית קשורים לתזונה: יתר לחץ דם, רמת שומנים גבוהה בדם, סוכרת והשמנה .

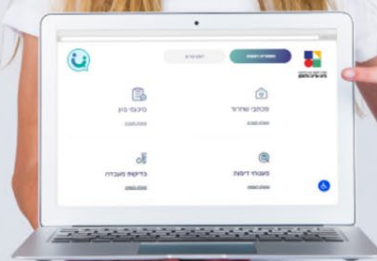
מומלץ להיוועץ עם דיאטנית דרך קופת החולים.



# וולפסון שלי

## גישה מהירה לתיק הרפואי האישי

✓ סיכומי ביקור ✓ תוצאות בדיקות ✓ פיענוחים



חפשו המרכז הרפואי וולפסון או סרקו את ה- QR משמאל

# תרופות לדילול דם מסייעות למנוע היווצרות קרישי דם בתומכן שהושתל והתקדמות מחלת לב, אירועי לב חוזרים

## יש ליטול אותן לפי הוראת הקרדיולוג

### • אספירין:

תרופה שמטרתה למנוע היצמדות של טסיות הדם והתפתחות קרישי דם. מינון: פעם ביום בבליעה לאחר הארוחה. אין ליטול לפני השינה.

### • תרופה נוספת למניעת היצמדות הטסיות:

במרבית המקרים האספירין ניתן ביחד עם תרופה נוספת למניעת קרישה. התרופות הנפוצות בשימוש הן אחת משלוש התרופות הבאות:

✓ קלופידוגרל / פלויקס/קלוד,

✓ פרסוגרל / אפיאנט,

✓ טיקגרלור/ברילנטה.

יש להקפיד על נטילת השילוב התרופתי בהתאם להנחיות.

### • תרופות להורדת כולסטרול בדם -סטטינים:

כגון סימבסטטין, סימבקור, ליפידל, פרבליפ, ליפיטור, אטורבסטטין, קרסטור, סטטור.

• תרופות שמטרתן הפחתת רמת הכולסטרול הרע בדם LDL

• ערך המטרה המומלץ הוא מתחת ל 55-מ"ג / ד"ל וייתכן אף נמוך מכך במצבים מסוימים.

• התרופות מסייעות בהאטת התהליך הטרשתי ומקטינות את הסיכון לאירועי לב בעתיד.

• מינון: פעם ביום לפני השינה.

• חל איסור לשתות מיץ אשכוליות ומיץ פומלות במקביל לנטילתן.

\*המידע הינו המלצה ואינו מהווה תחליף ליעוץ רפואי  
\*\*המידע ואושר ע"י צוות ניהולי בקרדיולוגיה פולשנית

מרכז הלב

המרכז הרפואי האוניברסיטאי ע"ש אדית וולפסון



- במקרה של מצוקה רגשית כתוצאה מהצנתור או מהשינויים הכרוכים באורח החיים שלאחריו, מומלץ לפנות לקבלת טיפול אצל פסיכולוג/ית רפואי/ת או שיקומי/ת מומחה/ית דרך קופת החולים.

## חשוב לדעת

- במקרה של הופעת תסמינים כגון שתן דמי, צואה דמית או שחורה וגם פריחת עור, פנה לרופא/ה המטפל/ת.
- ברר עם הרופא/ה המטפל/ת אם נדרשת בדיקת תפקודי כליות כעבור שבעה עד עשרה ימים לאחר הצנתור.
- דווח על נטילת התרופות כאשר נדרשת התערבות כגון בדיקות חודרניות וטיפולי שיניים.

## עזרה ראשונה

- אם חשים כאב או לחץ בחזה או תסמינים אחרים המזכירים את אלו שחוויתם באירוע הלבבי, יש לפנות בהקדם לעזרה רפואית.
- יש להתקשר מיידית למוקד החירום של מגן דוד אדום 101 - ולפעול בהתאם להנחייתם.
- מומלץ להגיע לבית החולים באמבולנס ולא ברכב בפרטי ולא לנהוג בשל הסיכון לאובדן הכרה או החמרת האירוע.
- בנוסף, יש לפנות ליעוץ רפואי בהקדם אם מופיעים התסמינים הבאים: חום והפרשה מתמשכת מאיזור הצנתור / כאבים מתמשכים / נפיחות גדולה / גדלה בהדרגה באזור הצנתור - במפשעה או בשורש כף היד.

## יצירת קשר

מכון הלב: 03-5028402

התאוששות: 03-5028733

זימון תורים: 03-5028724

Email - [centur@wmc.gov.il](mailto:centur@wmc.gov.il)



## צוות צנתורים

מנהל מערך קרדיולוגי: פרופ' רונן רובינשטיין

מנהל קרדיולוגיה פולשנית: פרופסור חיים דננברג

אחות אחראית: גב' סבטלנה כצוביץ

טכנולוג רפואי אחראי: מר יצחק מאירוביץ

מנהל דימות: מר מרק גולדברג

מזכירה: גב' ג'יזל אקשטיין