

قلب عضوی عضلانی و تو خالی به اندازه یک مشت بسته است که با مختصر تمایلی در سمت چپ قفسه سینه قرار دارد و توسط استخوانهای دنده و جناغ سینه محافظت می گردد و وظیفه آن پمپاژ خون به ریه جهت تصفیه و فرستادن خون تصفیه شده به تمام اعضای بدن به ریه جهت تصفیه و فرستادن خون تصفیه شده به تمام اعضای بدن است تا اکسیژن و غذای لازم سلولهای بدن تامین گردد.

واژه جراحی قلب باز به جراحی اطلاق می شود که در آن از ماشین قلب و ریه استفاده می شود. در حین جراحی قلب باز این ماشین وظیفه قلب را انجام می دهد و خون از عضله قلب به این ماشین رفته و تصفیه و اکسیژن گیری می شود و به سرتاسر بدن پمپاژ می شود و بعد از اتمام جراحی قلب وظیفه خود را از سر می گیرد.

جراحی قلب باز شامل انواع جراحی های قلب مانند پیوند عروق کرونر یا بای پس، تعویض و ترمیم دریچه های قلب و جراحی بیماریهای مادرزادی قلب مانند

نقص دیواره بین دهلیز و بطن ها، تترالوژی نالوت، کوآرکتاسیون آئورت و غیره می باشد.

### فیزیوتراپی بعد از جراحی قلب باز برای بیماران بستری:

الف- فیزیوتراپی تنفسی: از مهمترین مراحل درمانی در جراحی قلب فیزیوتراپی تنفسی می باشد. بعد از هر عمل جراحی مهم به خصوص از ناحیه قفسه سینه، تجمع ترشحات ریوی رخ می دهد که اگر این ترشحات خارج نشود، منجر به مشکلات و عفونتهای تنفسی می شود.

فیزیوتراپی تنفسی شامل تمرینات تنفسی، آموزش سرفه دوبر و استفاده از وسایل تنفسی (اسپیرومتر) به منظور افزایش ظرفیت تنفسی ریه ها می باشد.

ب- راه رفتن: ممکن است در ۲۴ الی ۴۸ ساعت اول بیمار اجازه راه رفتن نداشته باشد است در ۲۴ الی ۴۸ ساعت اول بیمار اجازه راه رفتن نداشته باشد پس برای پمپاژ بهتر خون و قوی شدن عضلات نیاز به

تقویت حرکات اندام تحتانی نپس برای پمپاژ بهتر خون و قوی شدن عضلات نیاز به تقویت حرکات اندام تحتانی نظیر (قرار دادن مچ پا به بالا) و یا ایستادن روی پنجه های پا می باشد.

مراحل آن عبارتست از:

۱- قسمت فوقانی تخت را تا ۹۰ درجه بالا می آوریم و بیمار به حالت نشسته درآید و پاها را یکی یکی از تخت آویزان می کند.

۲- به کمک چهار پایه کوچکی که زیر تخت بیمار قرار می گیرد بیمار قرار می گیرد بیمار پاهای خود را روی آن قرار می دهد بر روی زانوهای صاف شده خود می ایستد.

۳- بیمار روی زمین می ایستد و چند ثانیه ای تامل می کند تا سرگیجه نداشته باشد.

۴- پس از اطمینان از عدم سرگیجه و پایدار بودن شرایط بیمار راه می رود.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

## فیزیوتراپی بعد از عمل جراحی قلب

تهیه کننده:

زهرا تسلیم پور - کارشناس فیزیوتراپی

تایید کننده:

دکتر محمد رضا عماد (متخصص طب فیزیکی و  
توانبخشی)

منابع:

فیزیوتراپی در ضایعات شایع عضلانی اسکلتی  
مولفین: مرضیه یاسین/دکتر امیراحمدی ۱۳۹۸

تابستان ۱۴۰۰

EDU-PT-183/B

حرکات اندام های تحتانی در تخت را انجام دهد که منجر به بهتر شدن جریان خون و قوی شدن عضلات اندام تحتانی می شود که شامل موارد زیر است:

- ۱- کف پای خود را به انتهای تخت فشار دهد.
  - ۲- مچ پای خود را به صورت دورانی حرکت دهد.
  - ۳- در حالیکه زانو کاملا صاف است مچ پا را به سمت خود بکشد.
  - ۴- اگر قادر به ایستادن است روی پنجه پا بلند شود و تا ۵ بشمارد و سپس به حالت اولیه برگردد.
- جوش ..... استخوان جناغ سینه حدود ۸ هفته طول می کشد که با توجه به سن، جنس و بیماری متفاوت است بنابراین نبایستی حرکاتی که سنگین و فشار بیشتر از حد روی استخوان جناغ ایجاد می شود، وارد که سنگین و فشار بیشتر از حد روی استخوان جناغ ایجاد می شود، وارد نمود.

بدلیل فقدان یک یا تعدادی از وریدهای اندام تحتانی ممکن است پاها دچار تورم گردد که معمولا بعد از ۴ ماه برطرف می شود بنابراین پاها نبایستی آویزان باشد و پا روی یدچار تورم گردد که معمولا بعد از ۴ ماه برطرف می شود بنابراین پاها نبایستی آویزان باشد و پا روی یک چهار پایه قرار گیرد.

## برنامه ورزشی مناسب برای سیستم قلب و عروق:

ورزشهای مناسب به گونه ای که منجر به خستگی از حد نشده و مفرح باشد و در ضمن از لباس و کفش مناسب استفاده شود.

لازم به تذکر که قبل انجام هر نوع برنامه ورزشی بایستی قدرت بدنی در نظر گرفته شود و با پزشک مشورت شود.

## ورزشهای اندام تحتانی:

اگر ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول بعد از عمل، بیمار اجازه راه رفتن و پایین آمدن از تخت را نداشته باشد لازم است