

“แรงใจก็เหมือนกล้ามเนื้อ ยิ่งใช้  
มันมากเท่าไร มันก็จะยิ่งแข็งแรง  
มากขึ้นเท่านั้น”



# ดูแลหัวใจ

การปฏิบัติตัว  
หลังใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจ

\*\*แจ้งแพทย์ทุกครั้ง ที่ เข้ารับการตรวจ  
รักษาและก่อนทำหัตถการต่างๆ  
ว่าตนเอง ใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจ  
โดยเฉพาะการตรวจรักษาที่ควรหลีกเลี่ยง  
คือการตรวจด้วย  
คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า

สังเกตอาการผิดปกติที่ควรรีบมา  
พบแพทย์ทันที เช่น ใจสั่น แน่น  
หน้าอก หายใจเหนื่อยเวียน  
ศีรษะ หน้ามืด วูบ เป็นลม



ที่มา: ลัดดาวัลย์ เพ็ญศรี นรลักษณ์ เอื้อกิจ  
การดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจ  
แบบถาวร : บทบาทพยาบาล

โดย

นางสาวธันยพร ภูสังข์

นักศึกษาพยาบาลศาสตร์บัณฑิต วพบ.ชัยนาท



## การปฏิบัติตัว

1) วันที่ 1-3 ห้ามกางแขน โดยปล่อยให้แขนแนบชิดกับลำตัว

2) หลังจากวันที่ 3 จนถึง 3 สัปดาห์สามารถกางแขนได้ระดับหัวไหล่ แต่ไม่แกว่งแขนแบบเร็วและแรงเกินไป และห้ามยกของหนัก เกิน 5 kg สามารถทำกิจกรรมเล็กๆ น้อยๆ ได้ เช่น การรับประทานอาหาร

3) ระวังไม่ให้เกิดการกระทบบริเวณที่ใส่เครื่อง กระตุ้นหัวใจ

4) แนะนำให้ผู้ป่วยคุยโทรศัพท์ในด้านตรงข้ามกับที่ใส่เครื่องกระตุ้นหัวใจแบบถาวรและไม่ใส่โทรศัพท์ในกระเป๋าเสื้อหน้าอกเพื่อป้องกันคลื่นโทรศัพท์ รบกวนการทำงานของเครื่องกระตุ้นหัวใจ

5) แจ้งเจ้าหน้าที่เมื่อมีการใช้เครื่องตรวจหาวัตถุที่เป็นโลหะ ที่สนามบิน

6) การสวมเข็มขัดนิรภัยในรถควรระมัดระวัง การเสียดสีกับตัวเครื่อง

7) ควรดูแลเครื่องใช้และอุปกรณ์ไฟฟ้าภายในบ้านให้มีสภาพที่ดีไม่มีไฟฟ้ารั่ว และควรต่อ สายดิน โดยอุปกรณ์ไฟฟ้าในบ้านเช่นเตาไมโครเวฟ โทรทัศน์วิทยุ เครื่องเสียงต่างๆ คอมพิวเตอร์เครื่อง เครื่องซักผ้า ใช้ได้ปลอดภัยไม่มีผลรบกวนการทำงานของเครื่อง



## เครื่องกระตุ้นหัวใจคืออะไร

การใส่อุปกรณ์เข้าไปในทรวงอก

เพื่อสร้างกระแสไฟฟ้าทดแทนและกระตุ้น

ให้หัวใจบีบ ตัวสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะ

ต่างๆ ของร่างกายอย่างเพียงพอ

ทั้งในขณะพักและออกกำลังกาย

