



INSTITUTO DO CORAÇÃO DO HCFMUSP

COORDENAÇÃO DE ENFERMAGEM

ORIENTAÇÕES DE ALTA DE ENFERMAGEM

Nº 22

INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO



ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM

Autocuidado

- Realizar banhos diários;
- Manter boa higiene bucal (escovações dentárias após refeições);
- Lavar as mãos antes e após o uso do sanitário, antes das refeições e antes de tomar os remédios.

Cuidados Gerais

- Não realizar movimentos bruscos e grandes esforços até liberação médica;
- Atividade física diária deverá ser retomada aos poucos, seguindo orientação médica;
- Nas primeiras 04 semanas, evite atividades extenuantes tais como: carregar pesos, malas ou crianças;
- Evite esforços após as refeições.
- Quando subir escadas faça com cuidado, lentamente, e somente se necessário. Recomendamos atividades sedentárias tais como: leitura, ouvir música ou assistir televisão;
- As atividades domésticas realizadas pelas mulheres somente poderão ser reiniciadas após seis semanas;
- Você deverá dormir pelo menos oito horas por noite. Se não conseguir, fale com seu médico sobre medicação apropriada;
- Nos primeiros quinze dias após a alta, evite viagens prolongadas que se estendam além de duas horas. Não sendo possível, é aconselhável interromper o trajeto periodicamente e caminhar por curtos períodos. Viagens aéreas devem ser discutidas com seu médico;
- A volta à atividade sexual é um retorno saudável à vida normal do relacionamento íntimo, devendo ser iniciada com posições passivas, aconselhando-se sua prática 15 dias após a alta hospitalar;
- O fumo causa aumento da pressão arterial e o número de batimentos cardíacos. NÃO FUME!!!
- Não tome bebidas alcoólicas;
- Você deverá reassumir gradualmente seu trabalho, sempre após a liberação médica.

Alimentação

- Evitar o consumo excessivo de frituras, alimentos ricos em gordura, açúcar e sal;
- Preferir o consumo de alimentos mais saudáveis como verduras, legumes e frutas;
- Seguir as orientações da nutricionista.

Medicação

- Nunca tome medicamentos por conta própria ou por indicação de um vizinho. Só tome os medicamentos prescritos pelo médico;
- Seguir as orientações do farmacêutico de acordo com a receita médica.

Uso de medicamentos para anticoagulação

- Observar presença de sangramentos gengivais, aparecimento de manchas roxas na pele, sangue na urina ou fezes, queda com traumas, ferimentos que não param de sangrar, gravidez. Se necessário procurar o seu médico ou o pronto socorro.

Consulta de retorno

- Retornar no dia e horário marcado, comparecendo com 30 minutos de antecedência, portando exames conforme solicitação médica.

INSTITUTO DO CORAÇÃO DO HCFMUSP

COORDENAÇÃO DE ENFERMAGEM

ORIENTAÇÕES DE ALTA DE ENFERMAGEM

Nº 22

INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO



Informações Gerais

- Em caso de emergências ou complicações, procurar o AME mais próximo ou serviço de pronto atendimento.

Alta

Observações: _____

Carimbo e Assinatura do Enfermeiro