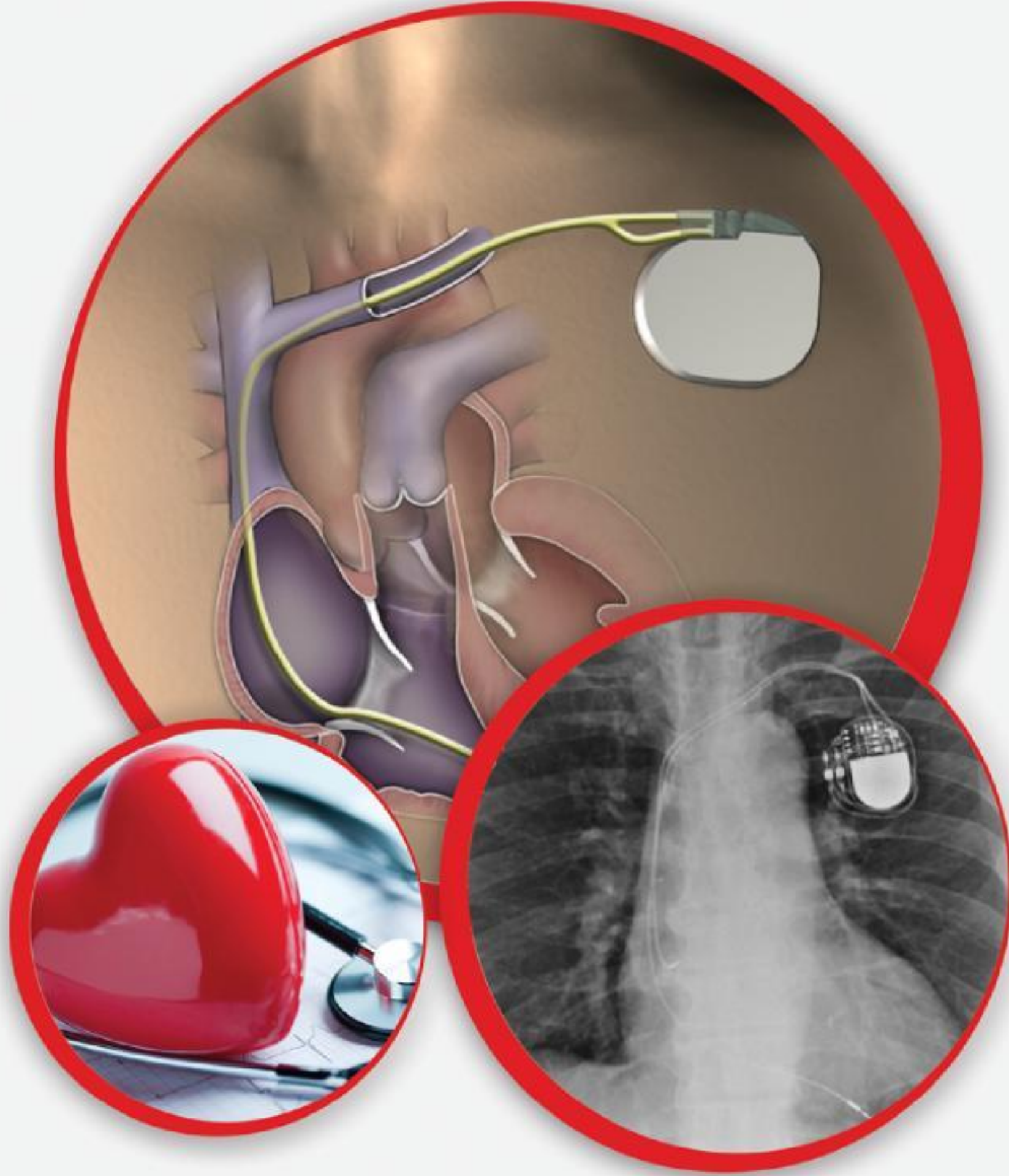




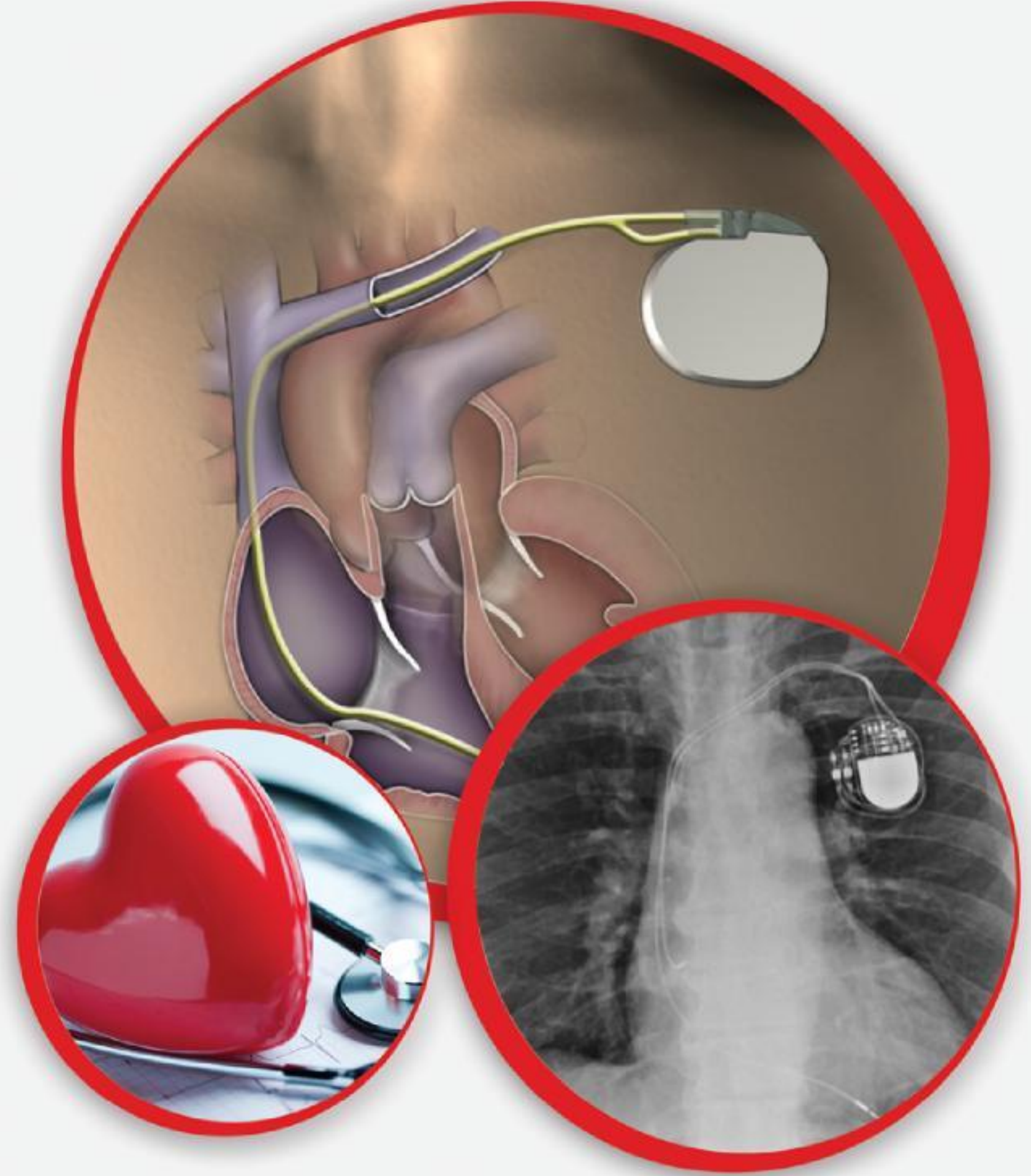
A state-of-the-art Cardiac Hospital
WHERE YOU MEET CARING, FRIENDLY PEOPLE



Patient's Guide for ICD/CRT



A state-of-the-art Cardiac Hospital
WHERE YOU MEET CARING, FRIENDLY PEOPLE



پیشنٹ گائیڈ آئی سی ڈی یا سی آر ٹی



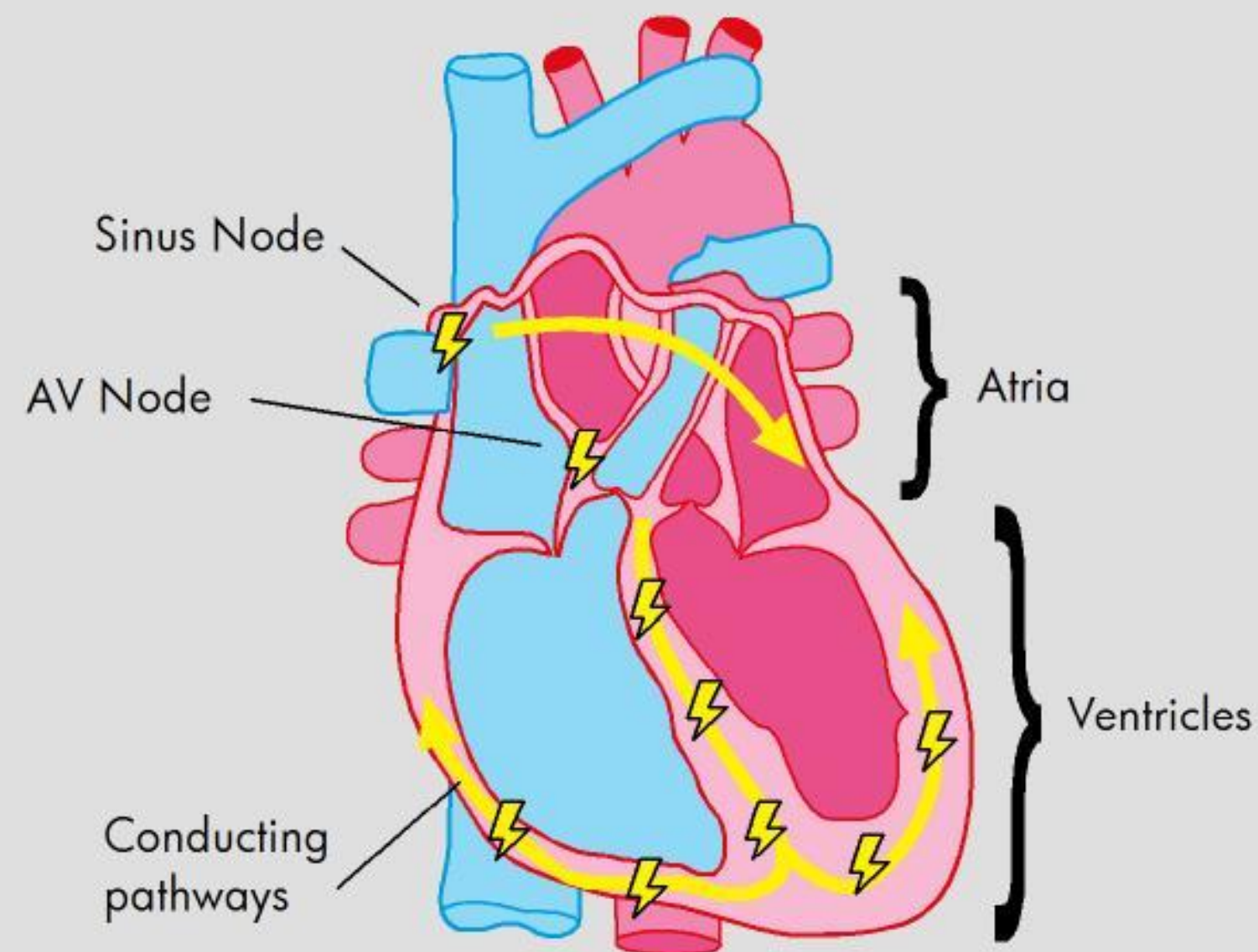
Introduction

This booklet is intended for use by people who have, or are about to have an ICD implant and their caregivers. The information within this booklet comes from research and previous patients' experiences and gives a brief explanation of how the device works. This booklet should be used in addition to the information given to you by your Cardiologist, Cardiac Electrophysiologist or Nurses. If you have any questions about any of the information given in this booklet, please ask your Cardiac Electrophysiologist or Nurse at the Consultant clinic.

How the heart works normally

The heart is a muscle, its function is to pump blood and oxygen around your body to all of your vital organs. It has four chambers, two at the top (the right and left atrium) and two at the bottom (the right and left ventricles). The heart also has an electrical system, which sends impulses (beats), through the heart causing it to contract and pump blood around the body. Each normal heartbeat begins in the natural pacemaker of the heart (the sino-atrial or SA node) which lies at the top of the right atrium. It then travels across the two top chambers and down through a small junction box (the atrio-ventricular or AV node) which lies between the upper and lower chambers. It then spreads across the bottom chambers causing the heart to contract and pump.

The heart and normal conduction



01

What is an Implantable Cardioverter Defibrillator (ICD)?

ICD stands for Implantable Cardioverter Defibrillator. It is made up of a small, box shaped device which contains a battery and electronic circuits. The device is connected to your heart by insulated wires known as leads. The leads are passed along a blood vessel to your heart and the ICD box is usually implanted under the skin in your upper chest, near your collar bone. A standard ICD is fitted like a normal pacemaker, with either one or two leads in the right side of the heart. It also stores information about your heart rate and rhythm which can be accessed when you come to the clinic for follow-up.

You may have had a dangerous, life threatening rhythm problems in the past, known as ventricular tachycardia (VT) or ventricular fibrillation (VF). These happen when an electrical problem causes the heart to beat too fast and may lead to the heart being unable to pump blood around the body, causing a cardiac arrest. This can cause you to become unwell, unconscious or your heart to stop beating. If not treated with an electric shock, death can occur in a few minutes. On the other hand, you may not have had a dangerous rhythm before, but you may be at risk of having one in the future because of your underlying heart condition. In this case your doctor may recommend that you are fitted with an ICD instead of a pacemaker.

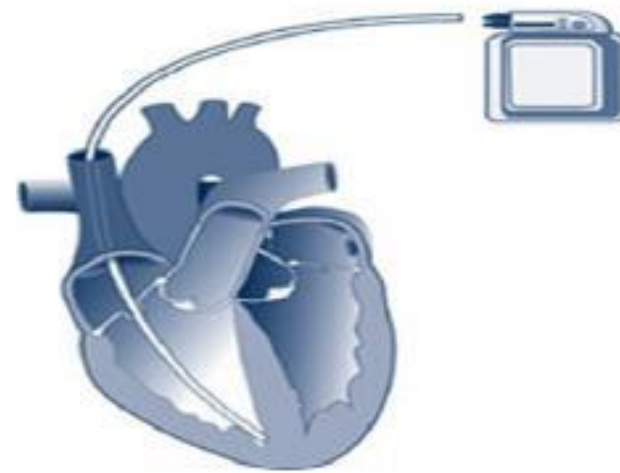
The ICD can recognise and monitor your heart rhythm. Having an ICD means that if you ever need an electric shock because your heart rhythm has become dangerously fast, it will be delivered within seconds. However, you may not always need a shock to return your heart rhythm to normal. Quite often extra signals from the pacemaker part of the ICD can make the heart rhythm normal again. This is known as anti-tachycardia pacing (ATP) and works about 85% of the time to treat ventricular tachycardia.

02

There are different types of ICDs:

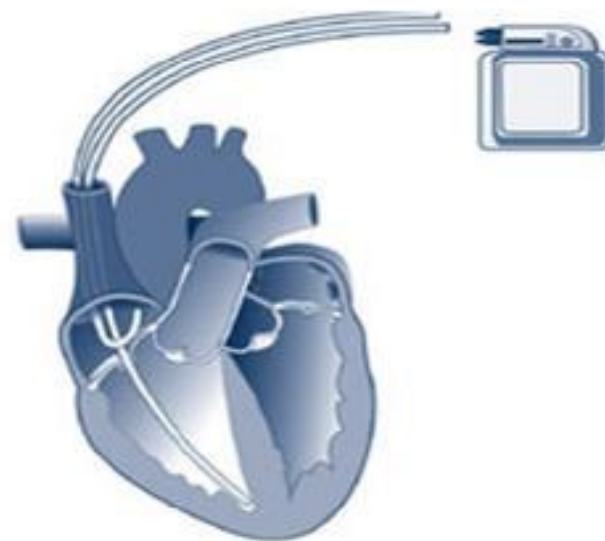
Single chamber ICD

A lead is attached in the right ventricle. If needed, energy is delivered to the ventricle to help it contract normally.



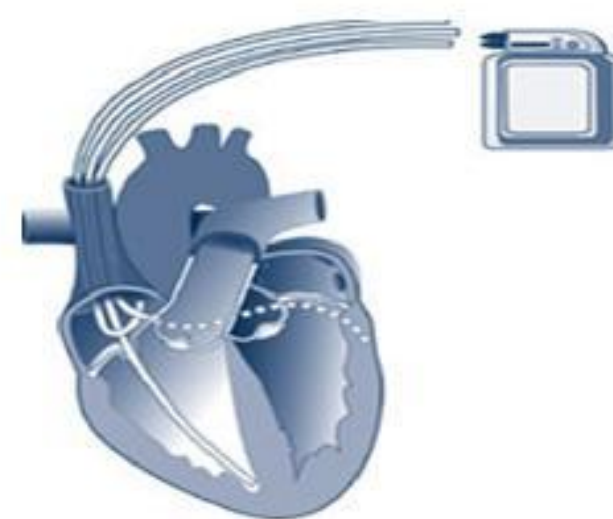
Dual chamber ICD

Leads are attached in the right atrium & the right ventricle. Energy is delivered first to the right atrium and then to the right ventricle, helping your heart to beat in a normal sequence.



Biventricular ICD

Leads are attached in the right atrium, the right ventricle and the left ventricle. This technique helps the heart beat in a more balanced way and is specifically used for patients with heart failure.



What is Cardiac Resynchronisation Therapy (CRT) ?

Cardiac Resynchronisation Therapy (CRT) devices are used to help to treat heart failure and can be either a permanent pacemaker (called Biventricular Pacemaker or CRT- Pacemaker) or an ICD (called CRT-Defibrillator). They work by making the heart chambers pump at the same time (in a coordinated manner, i.e. synchronously) and improve the overall function of the heart so that you feel less breathless on performing your routine activities.

Your doctor may suggest that you could benefit from having a CRT Pacemaker implanted for management of your heart failure symptoms. The main difference from a conventional pacemaker is that an additional lead is placed on the left side of the heart and electrical signals can make the left ventricle beat at the same time as the right. This can restore the heart's coordination and make the heart pump more efficiently. In two out of three people implanted with a CRT pacemaker, symptoms of breathlessness improve and they have more energy and generally feel more healthy to perform routine activities.

Most patients who have advanced heart failure symptoms, usually also have very weak heart muscle, this places them at risk for some life threatening fast heart rhythms (ventricular tachycardia or ventricular fibrillation). In this case, your doctor may suggest that you could benefit from having a CRT defibrillator (i.e. CRT ICD) implanted for management of your heart failure symptoms and also to manage these life threatening heart rhythms. A CRT ICD has the extra lead on the left ventricle which makes the heart pump in a coordinated way, improving symptoms of heart failure and a special defibrillator lead placed in the right ventricle.

Before ICD or CRT Implantation

Is the procedure safe?

An ICD or a CRT pacemaker implant procedure is generally a safe procedure. However, as with any invasive procedure, there are risks involved. Special precautions are taken to decrease your risks. Your cardiologist will tell you about the risks and benefits of the pacemaker insertion. This is a good time to ask questions and to share any feelings or concerns you may have.

Should I take my medications?

If you take Warfarin, the results of your INR test (a blood test to evaluate the blood clotting) must be within a suitable range before the implant procedure can be performed.

Usually you will be instructed to stop taking aspirin or warfarin a few days before the procedure.

If you have diabetes, ask your doctor how to adjust your diabetes medications or insulin.

Your Doctor may also ask you to stop taking other medications, such as those that control your heart rate.

Do not discontinue any of your medications without first talking to your healthcare provider. Ask your doctor which medications you should stop taking and when to stop taking them.

N.B. If you have any drug or food allergies, please report that to your doctor

Can I eat?

Eat a normal meal the evening before your procedure. However, do not eat, drink or chew anything after 12 midnight before your procedure. This includes gum, mints, water, etc. If you must take medications, only take them with small sips of water. When brushing your teeth, do not swallow any water. Usually, the meal before the pacemaker procedure is withheld. If the pacemaker procedure is scheduled for later in the day, you may have a liquid breakfast.

What should I wear?

Wear comfortable clothes when you come to the hospital. You will change into a hospital gown for the procedure. The clothing you are wearing that morning will be returned to the person who accompanies you. You will be able to wear your glasses and hearing aids. Please leave all jewelry, watches and valuables at home. Remove all makeup and nail polish. You will be asked to remove your dentures.



What should I bring?

Bring your complete medical record with you.



Where is the procedure performed?

In most cases, the pacemaker implant procedure takes place in a special room in the Cath Lab. When the epicardial pacemaker implant approach is used, the procedure takes place in a surgical suite. During the procedure, your family may wait in the waiting lounge in front of the Angiography Suite. They will be told when your procedure is completed and will be allowed to see you when you are in the recovery area. The procedure will take 1-2 hours, usually.



Before the Procedure:

You will be asked to sign a Consent Form. You will lie on a bed and the nurse will start an IV (intravenous line) via a Cannula in a vein in your forearm or hand. If you are a male, the insertion area on the upper chest and the groin area will be shaved. Before your procedure you will have blood tests and if required an electrocardiogram (ECG). If you are a female between the ages of 10 and 55 and have not had a hysterectomy, inform your doctor as there may be a consideration to perform a pregnancy test. This is because the implant procedure involves X-ray radiation which can be detrimental to the fetus if you have pregnancy. You will be given a dose of antibiotic through the IV cannula before the procedure.



During ICD or CRT Pacemaker Implantation

You will be taken to the Cardiac Catheterization Lab (Cath Lab) by wheelchair or bed and moved onto a special x-ray table. The table has a large camera above it and television screens close by. The surgical team will include the cardiologist, nurses and technicians. They will be wearing masks, gowns and gloves. After being positioned on the x-ray table, you will be connected to a variety of monitors. 2 big stick-on electrode patches will be placed on your chest and back, in case your heart rate goes dangerously fast during the procedure and you need to be given an emergency electric shock. A blood pressure cuff will be connected to your leg and it will check your blood pressure, periodically, throughout the procedure. An oximeter monitor will be attached to a small clip placed on your finger which will check the oxygen level of your blood.

You may be given a medication through your IV before the procedure to help you relax. This medication may make you drowsy.



- The insertion area on the upper chest will be cleansed with sterile liquid to help prevent infection. Your whole body (except part of your face) will then be covered with sterile sheets.
- A local anesthetic will be given to numb the insertion area below the collar bone. You will feel an initial burning or pinching sensation when the doctor injects the local numbing medication. Soon the area will become numb.

- Your cardiologist will make a small incision about 3-4 inches in length for the insertion of the ICD or CRT device. You may feel a pulling sensation as the doctor makes a pocket in the tissue under your skin for the pacemaker.
- The leads will be threaded through a vein into the heart and connected to the generator.
- The generator will be positioned just under the skin.
- Your cardiologist will test the ICD or CRT device and program it for your specific needs.
- The incision will then be closed with absorbable stitches and the wound finally covered with sterile dressing.

The procedure duration is around 2-4 hours.

After ICD or CRT Implantation

Your cardiologist will talk with your family immediately after the procedure.

Will I have to stay in the hospital?

Yes. You will be admitted to the hospital and stay overnight after the procedure. Usually you will be able to go home the day after your device was implanted.

Once you are in the recovery area or in your room, your family may visit. If your room is in CCU (Cardiac Care Unit), your family members can visit during the visiting hours.

What should I expect?

You would be expected to lie on your bed and have at least 4-6 hours of bedrest after the procedure.

Your heart rhythm will be monitored continuously.

Some discomfort after the procedure is common. Ask your nurse for pain medication when needed and let the nurse know if you do not feel relief.

You will be allowed to take sips of water after the procedure and if that is tolerated, then solid diet will be commenced shortly.

It is very important that you limit the movement of your arm on the side the pacemaker was implanted for the first 24 hours. The first night, do not lie on your side where the pacemaker was inserted.

You will be given the scheduled doses of antibiotics through the IV cannula.



What tests will be done after the ICD or CRT device implant?

An ECG will be done. A chest X-ray will be done after the device implant to check your lungs as well as the position of the device and lead(s).

Going Home:

Before going home, your cardiologist may adjust or change your device program to best fit your needs. A copy of your device program will be given to you to keep with you at all times. Home going instructions including incision care, activity guidelines and follow-up schedule also are reviewed. Patients are strongly encouraged to join Cardiac Rehabilitation program.

Although most people feel very pleased to be going home, it is only natural that you may feel a bit worried. This is very common, especially if you have been in hospital for a long time and the ICD has only just been put in. However, we try to make sure that you get the help you need to return to as full and active a life as possible. Please feel free to ask questions at any time. Similarly if you feel upset or 'down' once you are at home, it is very important that you talk to someone.



At Home After ICD or CRT Implantation

2 days after the procedure you would be advised to visit the hospital Cardiac Catheterization Laboratory (Cardiac Cath Lab) for a wound check. The wound dressing would be removed and the incision site would be reviewed by trained and designated nursing staff. If the wound looks free of any complication, you would be suggested to keep the wound undressed and you can then take a whole body shower (including the wound area) with soap and water and keep the wound clean and dry. Do not apply any medicated powder or ointment over the incision site, unless advised to do so. If your incision is not draining and appears to be healing well, you may use lotion around the incision area to ease the dryness and itching, only if required.

Look at your incision and check it daily at home (for the first week or so) to watch for any changes.

Report to the hospital immediately, if you notice any of the following:

- Increased drainage, bleeding or oozing from the insertion site.
- Extreme pain or increased opening of the incision where the device was implanted.
- Redness, swelling or warmth around the device insertion site.
- Fever- Increased body temperature (greater than 100°F).
- If you are experiencing symptoms that might be related to your pacemaker (such as dizziness, palpitations, fast or slow heart beats).
- If you notice repeated twitching of your upper abdomen.



Follow up Consultant Clinic Visits:

Your ICD should be checked regularly and visits may be necessary more often just after the ICD is fitted. During each clinic visit, the Electrophysiologist or ICD Nurse will examine your ICD using a special programmer. This machine allows us to examine the settings and the battery life of your device. All the information is stored on a computer disc and stored in your records. Your wound will also be checked and you may have other tests done. Please also take this opportunity to ask any questions or let us know if you have any problems or worries.



The ICD/ CRT Pacemaker ID Card and Implant Procedure Report:

After 3 working days, you will be issued the Pacemaker Implantation Procedure Report. You will also receive a Pacemaker ID Card that tells you what type of pacemaker and leads you have, the device manufacturer, the date of the device implant and the doctor's name who implanted the pacemaker. It is important to carry this card at all times in case you need medical attention.

Managing your condition:

Pacemaker therapy is only one part of a comprehensive treatment program. It is also important for you to take your medications, make dietary changes, live a healthy lifestyle, keep your follow-up appointments, and be an active member of your treatment team.

Changing the Defibrillator:

Normally an ICD battery lasts between four to seven years. Your battery will be checked at every visit to the ICD clinic and staff at the clinic will be able to predict when you need a new ICD box. It will not be allowed to completely run down. In order to have the box changed, you will need to be admitted to AC hospital. The procedure is similar to having your first ICD fitted, but it will not usually involve having new leads put in.

Unfortunately you will be restricted from driving for a week after the new box has been put in, unless there have been any other problems. Clinic staff will be able to advise you on your individual case.

Patient Instructions

Physical Activity:

A certain level of exercise is needed to keep your heart healthy. It is natural to be concerned about the possibility of the ICD delivering a shock or stressing the heart. Following your initial recovery, normally about 4-6 weeks, it is recommended that you try to increase your level of activity, if possible. You may be offered cardiac rehabilitation or exercise testing to restore your confidence and get you back to normal. Once your wound has fully healed, you will be able to go swimming if you wish. However you are advised not to swim alone in a private pool or in the sea beside a deserted beach. Contact sports such as rugby are not advised as the device or leads can become dislodged. Please talk to the doctors, nurses or physiologists at your ICD clinic if you have concerns about physical activity.

Arm movements:

It is important to do gentle arm and shoulder exercises, a couple of days after the procedure, to keep the arm mobile. You should avoid any vigorous or violent movement of the arm on the side of implantation in the first weeks after the procedure to prevent complications. Extra tissue will grow around the lead(s) in your heart after a few weeks, which will prevent the lead(s) moving out of place.

Driving:

It is recommended to delay driving until after a system integrity check at least four weeks post implant. According to the Consensus statement of the European Heart Rhythm Association (2009), Restriction for private driving is as follows:

ICD implantation for secondary prevention	3 months
ICD implantation for primary prevention	4 weeks
After appropriate ICD therapy	3 months
After inappropriate ICD therapy prevent	Until measures to inappropriate therapy are taken.

Sexual activity :

It is very common to be reluctant to resume sexual activity. However the device will not cause any harm to your partner, even if a shock is delivered to you during intercourse.

Electromagnetic Interference:

Electromagnetic interference will not damage your ICD but will stop it from delivering any treatment for the period of time that you are in contact with it. Most mechanical and electrical devices that you use in your normal daily activities will not affect your ICD. Ordinary electrical switches, TV, VCD, DVD radios, fridges, cookers, computers and microwaves will not affect your ICD as long as they are in good working order. In case you ever feel dizzy or experience palpitations whilst using an electrical appliance, you should move away from the appliance and phone the hospital or contact the Device clinic for immediate advise.

Mobile phones:

Some studies have shown that mobile phones can affect the ICD if held within 6 inches of the device. It is therefore recommended that you do not keep a mobile phone in a coat or shirt pocket over the ICD. Keep the handset more than 6 inches away from the ICD; ideally hold the phone over the ear on the opposite side to the device. Avoid direct contact with the antenna whilst making or receiving a call.



Magnets:

Do not carry magnets or place a magnet over your chest. Avoid close proximity to stereo or hi-fi speakers as they contain strong magnets that can interfere with your ICD. ICD therapies may be temporarily disabled by magnets and in some cases this may be necessary if you received inappropriate shocks from the ICD.



Shop doorway security systems:

There is a very small risk of interference at Shop doorway security systems to your ICD, so you are advised to walk through shop doorways at a normal pace and not to wait around in this area.

Medical equipment/other hospital treatments:

Most Medical equipment/other hospital treatments used by your hospital or surgery will not cause any problems to your ICD. However it is advised that you let medical and dental staff know that you have an ICD as technical support may be required before some treatments. Please take your ID card with you whenever you go to hospital. It may also be useful to contact your implanting centre for advice before you go into hospital for any investigations or operations that are not associated with your ICD. It is safe for you to have X-rays, CT scans and mammograms. However you should avoid Magnetic Resonance Imaging (MRI) machines. Some electrical nerve and muscle stimulators (TENS units) may cause interference with ICDs but this depends on where they are being applied, and, if this form of treatment is suggested to you then your ICD clinic should be contacted for advice.



Travel:

You can safely travel abroad with your ICD, but you are advised to show the security staff your identification card and ask to be searched by hand. This is because the hand held wands can temporarily interfere with your defibrillator. Walk through the metal detector archway if asked to do so, but the metal casing of the device may set off the airport security alarm. The detector will not cause any harm to your ICD provided you walk briskly through the arch. You will need to make sure that your travel insurance company is aware that you have an ICD. Please be aware that your doctor may advise against you visiting very isolated or remote destinations, you may be given addresses of ICD clinics in the area that you are visiting. Please contact the ICD clinic at least 6 weeks before you intend to travel or check the manufacturer's website for information.



If you receive a shock:

Stay calm. Sit or lie down. Ask someone to stay with you.

If you do not feel well after the shock, call your doctor or an ambulance immediately.

If you feel fine after the shock, you do not need to seek immediate medical attention. Call your doctor within the next few hours.

If someone is touching you when the ICD fires, they may feel a tingling feeling, this is not harmful to them.

Follow-up:

Regular follow-up is important after an ICD implant. Your doctor will tell you how often you will need to have the ICD checked. During ICD checks, the doctor will determine if the ICD had detected or treated any abnormal heart rhythms and will check the ICD battery. These visits are very important. You will also need to see a cardiologist at least once a year.

Important Information for Patients with Permanent ICD Implantation

Activities for which there is NO restriction



Ironing



Touching Switches



Offering Prayers



Stitching



Taking Bath



Using Remote



Driving



Undergoing X-Ray



Using Gas Stove



Using Microwave



Ultrasound



Using Telephone



Mobile Phone



Climbing Stairs

Activities which should be avoided

Patients who have had permanent ICD implanted they should avoid:



Undergoing MRI



Exposure to Metal Detector or Security Walkthrough Gate



Using Telephone on the side where ICD was implanted

*If you have any other queries or questions
please contact us:*

TABBA HEART INSTITUTE,
St-1, Block # 2, Federal "B" Area, Karachi-75950. Pakistan.

Phone: (92-21) 36811842-50, Extension-552
9am to 5 pm, Monday to Saturday

UAN: 111-844-844

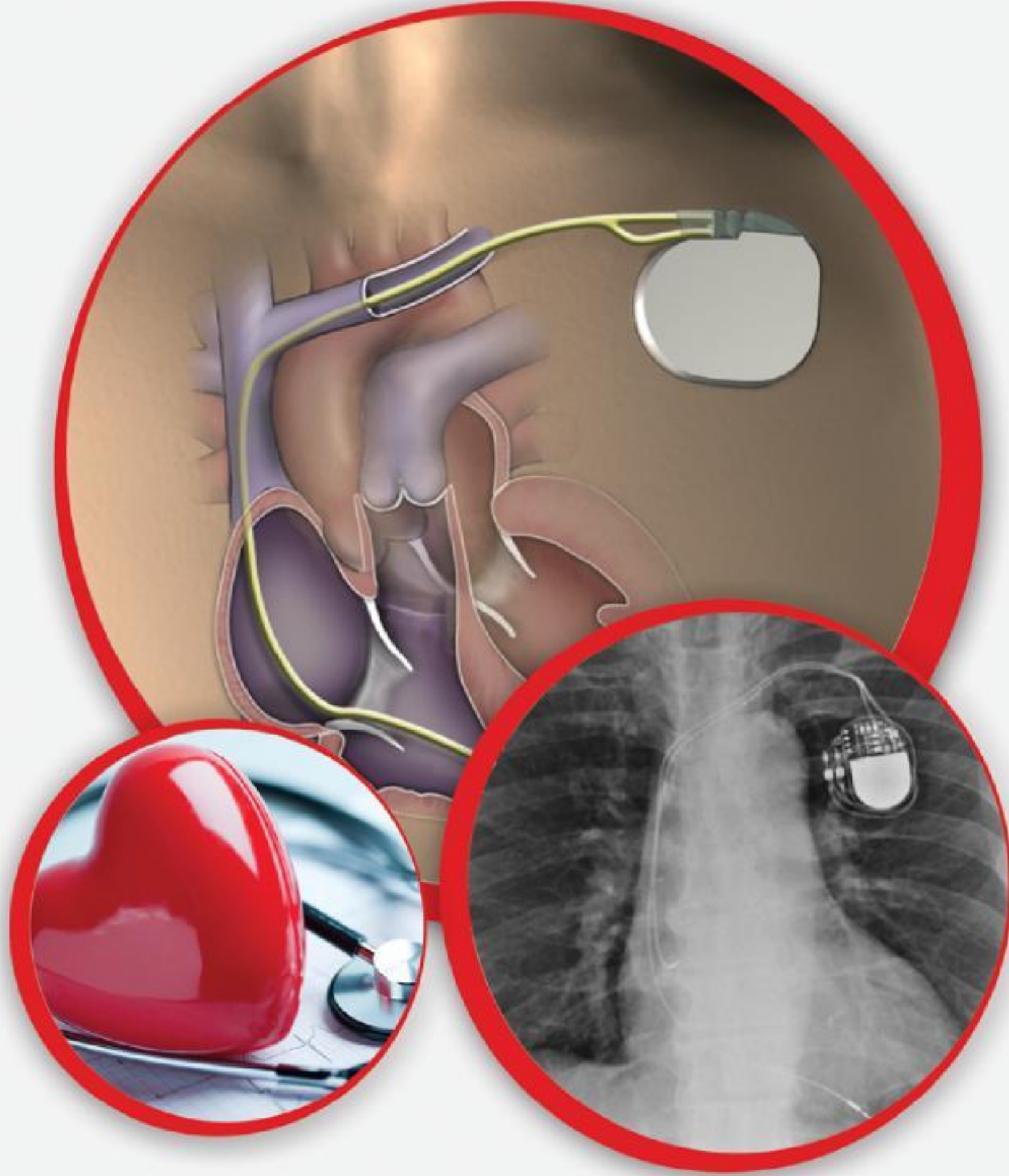
Fax: (92-21) 36379062

Email: feedback@tabbaheart.org

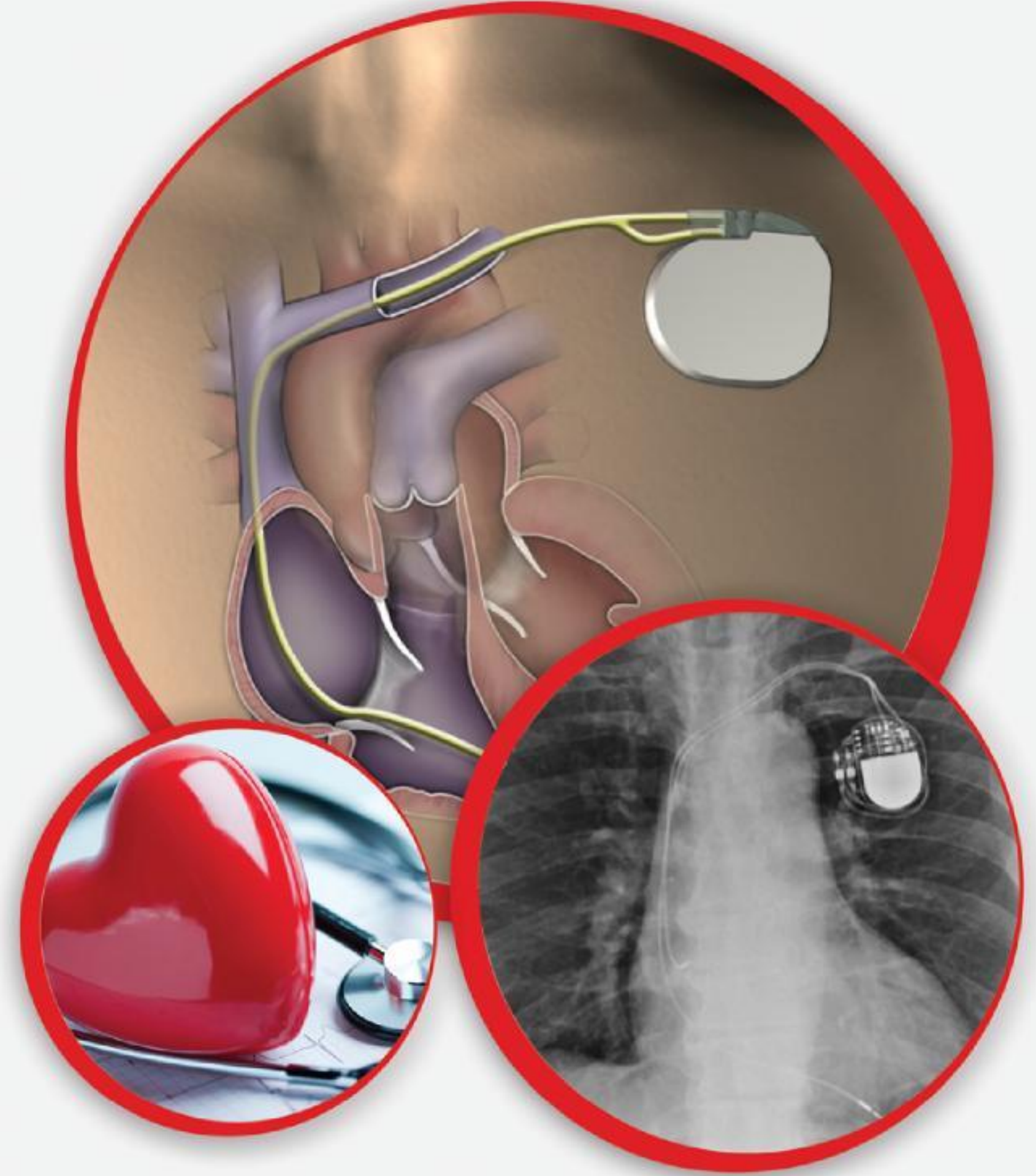
Appointments:

Consultant Clinic

Phone: (92-21) 36811842-50,
Extension- 503 and 536



Patient's Guide for ICD/CRT



پیشنٹ گائیڈ آئی سی ڈی یا سی آر ٹی

تعارف

یہ کتابچہ ان لوگوں اور ان کے اہل خانہ کیلئے شائع کیا گیا ہے جو "آئی سی ڈی" اسپلانٹ کروا چکے ہیں یا ایسا کروانے جا رہے ہیں۔ اس میں فراہم کردہ معلومات تحقیق اور سابقہ مریضوں کے تجربات پہنی ہیں نیز اس میں مختصر آئی سی ڈی کی کارکردگی کا تذکرہ بھی موجود ہے۔ اس چھوٹی سی کتاب سے استفادہ آپ اپنے کارڈیا لوجسٹ، کارڈیک الیکٹروفزیالوجسٹ یا نرسوں سے حاصل کردہ ہدایات کی روشنی میں کیجئے۔ اگر ہمیں دی گئی معلومات سے متعلق آپ کے ذہن میں کچھ سوالات ہوں تو براہ مہربانی اپنے کارڈیک الیکٹروفزیالوجسٹ یا نرس یا کنسلٹنٹ کلینک سے رابطہ قائم کریں۔

ایک صحت مند دل کیسے کام کرتا ہے؟

انسانی دل اپنی ساخت میں ایک ”پٹھہ“ ہے جس کا کام خون اور آکسیجن کو تمام اعضاء تک پہنچانا ہے۔ اسکے چار چیمبر یا چار خانے ہیں۔ دو عدد بالائی (یعنی رائٹ اور لیفٹ ایٹریئم) اور دو عدد ذریں (یعنی رائٹ اور لیفٹ وینٹریکل)۔ اسی دل میں ایک برقی نظام بھی موجود ہوتا ہے جو اسے سکڑنے کیلئے ”برقی تحریک“ مہیا کرتا ہے تاکہ یہ خون کو تمام جسم میں پہنچا سکے۔ یہی عمل دل کی دھڑکن کہلاتا ہے۔ ایک صحت مند دل کی دھڑکن کا آغاز دل کے قدرتی پیس میکر (یعنی سائینو ایٹریل یا ایس اے نوڈ) سے ہوتا ہے جو کہ دائیں ایٹریئم کے اوپری حصہ میں واقع ہے۔ یہ سگنل دو بالائی چیمبرز سے سفر کرتا ہوا ایک چھوٹے سے جگش باکس تک پہنچتا ہے جو بالائی اور ذریں چیمبرز کے درمیان واقع ہے اور اسے (atrio-ventricular) یا اے۔ وی نوڈ کہتے ہیں۔ اسکے بعد یہ برقی سگنل ذریں چیمبرز میں پھیل جاتا ہے تاکہ دل سکڑ کر خون کو دھکیل سکے۔

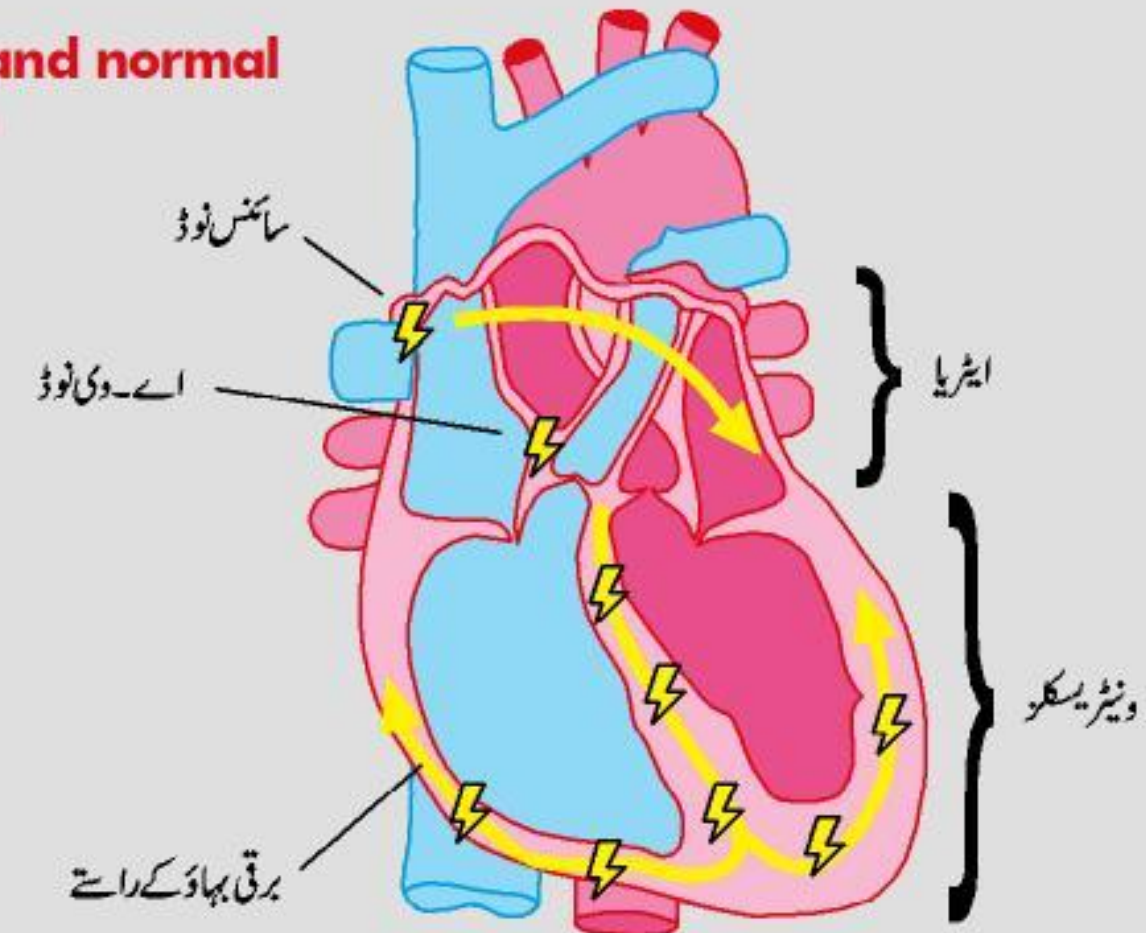
آئی سی ڈی یا ”امپلانٹ ایبل کارڈیوورٹر ڈی فیبریلیٹر“ کی بناوٹ کیا ہے اور یہ کیسے کام کرتا ہے؟

آئی سی ڈی دراصل (ICD or Implantable Cardioverter Defibrillator) کا مخفف ہے۔ یہ ایک چھوٹے سے ڈبہ نما آلہ ہے مشتمل ہوتا ہے جسمیں ایک بیٹری اور الیکٹرونک سرکٹ موجود ہوتا ہے۔ اسے بیرونی طور پر محفوظ تاروں کے ذریعے آپ کے دل کے ساتھ منسلک کر دیا جاتا ہے جنہیں ”لیڈز“ کہتے ہیں۔ ان تاروں کو ایک نس (وین) کے ذریعے آپ کے دل تک پہنچایا جاتا ہے اور آئی سی ڈی باکس آپ کی ہنسی کی ہڈی یعنی سینے کے اوپری حصہ کے نزدیک جلد کے نیچے نصب کر دیا جاتا ہے۔ ایک عمومی آئی سی ڈی ایک عام پیس میکر کی طرح ہی نصب کیا جاتا ہے جس کی ایک یا دو تاریں آپ کے دل کے دائیں حصے سے منسلک ہوتی ہیں۔ یہ آپ کے دل کی دھڑکن کی شرح اور اس کا تناسب بھی محفوظ رکھتا ہے جس کی پیمائش آپ کے آئندہ کلینک آنے پر کی جاتی ہے۔

”پیس میکر“ کی جگہ یہ ”آئی سی ڈی“ کے استعمال کا فیصلہ ڈاکٹر اس صورت میں کرتے ہیں اگر ماضی میں آپ کو خطرناک اور جان لیوا ”تناسب دھڑکن“ کے مسائل رہے ہوں۔ انہیں (ventricular tachycardia) (VT) یا (ventricular fibrillation) (VF) کہا جاتا ہے۔ یہ مرض اس وقت تشخیص ہوتا ہے جب دل کے برقی نظام میں خرابی کی وجہ سے دھڑکن بے حد تیز ہو جاتی ہے اور دل درست طور پر خون پمپ نہیں کر پاتا جو کہ حرکت قلب بند ہونے کا باعث بن جاتا ہے۔ اس سے آپ کی طبیعت خراب ہو سکتی ہے۔ آپ بے ہوش ہو سکتے ہیں یا آپ کی دھڑکن بند ہو سکتی ہے۔ علاوہ ازیں ممکن ہے کہ ماضی میں تو آپ کو ایسی شکایت نہ رہی ہو لیکن آپ کے دل کی کیفیت کو مد نظر رکھتے ہوئے ڈاکٹر آئندہ اس خطرہ کی موجودگی کو محسوس کر سکتے ہیں۔ ایسی صورت میں بھی پیس میکر کے بجائے آئی سی ڈی تجویز کیا جاتا ہے۔

”آئی سی ڈی“ آپ کی دھڑکن کے تناسب کو پہچانتا ہے اور اس کی گرائی کرتا رہتا ہے۔ ”آئی سی ڈی“ کی تعصیب کا مطلب ہے کہ خدا نخواستہ دھڑکن کی خطرناک تیزی کی وجہ سے اگر آپ کے دل کو ”برقی جھٹکے“ کی ضرورت پڑے تو ایسا چند سیکنڈ کے ہی اندر آئی سی ڈی کی وجہ سے ممکن ہو جائے گا۔ تاہم ضروری نہیں کہ ہر دفعہ دھڑکن کے تناسب کو معمول پر لانے کیلئے آپ کو ”برقی جھٹکے“ کی ضرورت ہی پیش آئے۔ بسا اوقات آئی سی ڈی کے ”پیس میکر“ والے حصے سے خارج ہونے والی لہریں ہی آپ کی دھڑکن کے تناسب کو معمول پر لے آتی ہیں۔ اس عمل کو (anti-tachycardia pacing) (ATP) کہا جاتا ہے اور (ventricular tachycardia) کے علاج میں تقریباً ۸۵ فی صد اس کا استعمال ہوتا ہے۔

The heart and normal conduction



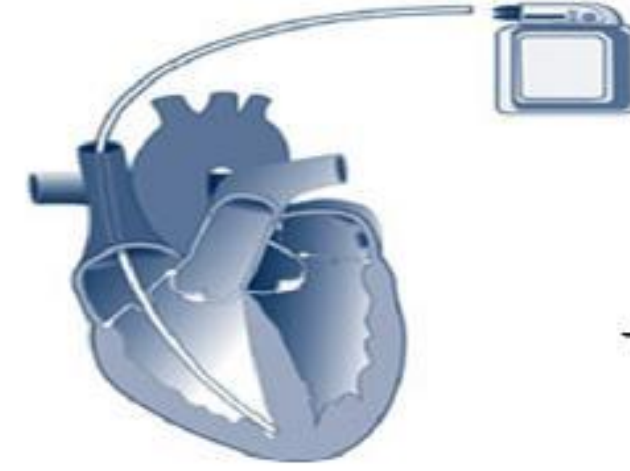
Cardiac Resynchronisation Therapy (CRT) کیا ہے؟

سی آر ٹی طریقہ علاج، حرکت قلب بند ہونے سے بچانے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ایک مستقل پیس میکر بھی ہو سکتا ہے جسے (Biventricular Pacemaker) یا (CRT Pacemaker) بھی کہتے ہیں یا یہ ایک سی ڈی ہو سکتا ہے جسے (CRT Defibrillator) کہتے ہیں۔ یہ دل کے چیمبرز کو باہمی رابطہ کاری اور ہم آہنگی کے ساتھ پمپ کرنے میں مدد دیتے ہیں اور دل کی مجموعی کارکردگی کو بہتر بناتے ہیں تاکہ آپ اپنے معمولات کے دوران سانس کے مسائل کا شکار نہ ہوں۔

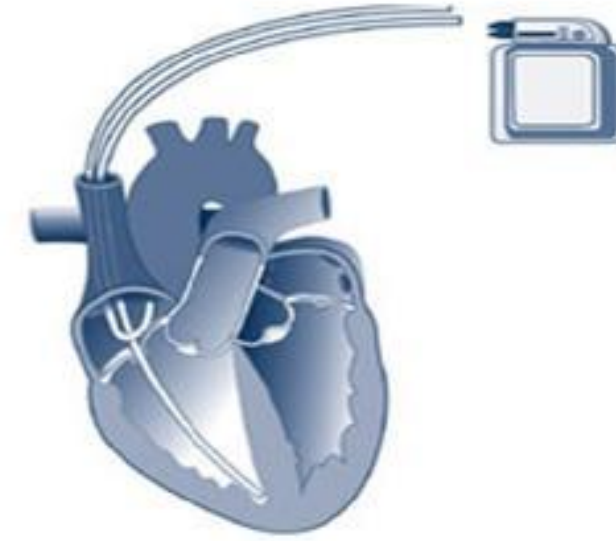
آپ کا معالج آپ کی حرکت قلب بند کر دینے والی علامات کو مد نظر رکھتے ہوئے آپ کو ”سی آر ٹی پیس میکر“ کی تنصیب کی تجویز دے سکتا ہے۔ اس میں اور ایک روایتی پیس میکر میں ایک اضافی تار کا فرق ہوتا ہے جسے دل کی بائیں سمت منسلک کیا جاتا ہے اور برقی سگنل دل کے دائیں حصے کے ساتھ ساتھ بائیں حصے کو بھی ایک ہی وقت میں دھڑکنے میں مدد دیتے ہیں۔ یہ عمل دل کی دھڑکن کو مزید مربوط کر دیتا ہے اور اس کی کارکردگی میں اضافہ کرتا ہے۔ ہر تین میں سے دو مریضوں کو جنہیں ”سی آر ٹی پیس میکر“ نصب کیا گیا تھا، ان میں روزانہ معمولات کے دوران سانس پھولنے کا عمل کم پایا گیا۔ ان میں توانائی بھی زیادہ تھی اور ان میں صحت مندی کا احساس بھی بہتر تھا۔

کچھ مریضوں میں حرکت قلب بند ہونے کی علامات زیادہ نمایاں ہوتی ہیں۔ ان کے دل کے پٹھوں کے کمزور ہونے کی وجہ سے (ventricular tachycardic or ventricular fibrillation) دھڑکن کا تیز تناسب ان کی جان کیلئے خطرے کا باعث ہوتا ہے۔ ایسی صورت حال میں آپ کا معالج آپ کو (CRT defibrillator) یا (CRT ICD) سے استفادہ کرنے کی تجویز دے سکتا ہے۔ یہ آلہ حرکت قلب بند کر دینے والی علامات اور جان لیوا غیر متناسب دھڑکنوں کا حل پیش کرتا ہے۔ ”سی آر ٹی۔ آئی سی ڈی“ میں بائیں وینٹریکل کی سمت ایک اضافی تار ہوتی ہے جو دل کو مربوط انداز میں دھڑکنے کیلئے معاونت کرتی ہے اس سے دل کی حرکت بند ہونے کی علامات بہتر ہو جاتی ہے نیز اس آلہ میں ایک تار جو خصوصی ڈی فبریلیٹر تار کہلاتی ہے اسے دائیں وینٹریکل سے منسلک کیا جاتا ہے۔

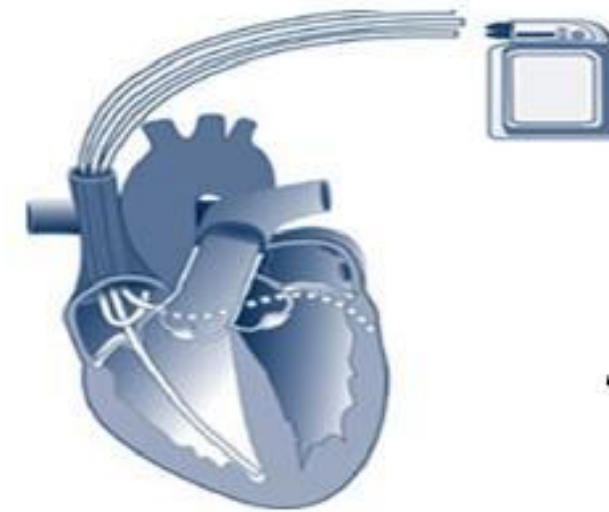
”آئی سی ڈی“ کی مختلف اقسام



سنگل چیمبر آئی سی ڈی
کی ایک تار دائیں وینٹریکل سے منسلک کر دی جاتی ہے تاکہ ضرورت پڑنے پر وینٹریکل کو معمول کے مطابق سکڑنے کیلئے توانائی مہیا کی جاسکے۔



”دوہرے خانوں کا (ڈوئل چیمبر) آئی سی ڈی“
تاریں دائیں ایٹریم اور دائیں وینٹریکل دونوں سے منسلک کی جاتی ہیں
توانائی پہلے دائیں ایٹریم اور پھر دائیں وینٹریکل کو مہیا کی جاتی ہے تاکہ
آپ کی دھڑکن کی معمول کی ترتیب کو برقرار رکھا جاسکے۔



بائی وینٹریکل آئی سی ڈی
تاریں دائیں ایٹریم، دائیں وینٹریکل اور بائیں وینٹریکل تینوں سے
منسلک کی جاتی ہیں تاکہ دل زیادہ متوازن انداز میں اپنی دھڑکن برقرار
رکھ سکے۔ اس کا استعمال ایسے مریضوں کیلئے کیا جاتا ہے جن کی حرکت قلب
بند ہو جانے کا خطرہ ہو۔

”آئی سی ڈی یا سی آر ٹی“ کی تنصیب (امپلانٹ) سے قبل

کیا یہ طریقہ کار محفوظ ہے؟

عمومی طور پر آئی سی ڈی یا سی آر ٹی کی تنصیب ایک محفوظ طریقہ کار ہے۔ تاہم دیگر جراحی طریقہ ہائے کار کی طرح آپ کو بھی خطرات درپیش ہو سکتے ہیں۔ ان خطرات کو کم سے کم کرنے کیلئے خصوصی اقدامات کیے جاتے ہیں۔ آپ کا معالج قلب (کارڈیا لوجسٹ) آپ کو ان کی تنصیب کے فوائد اور ممکنہ خطرات سے آگاہ کرے گا۔ اسلیئے سوالات پوچھنے اور اپنے جذبات یا تشویش کا اظہار کرنے کا یہ بہترین وقت ہے۔

کیا مجھے اپنی ادویہ لینے رہنا چاہئیں؟

اگر آپ (Warfarin) لینے ہیں تو ”امپلانٹ“ سے پہلے آپ کے (INR) ٹیسٹ کے نتائج موزوں حدود کے اندر ہونے چاہئیں۔ (یہ ٹیسٹ خون کے جماؤ کا اندازہ لگانے کیلئے کیا جاتا ہے)۔

ICD کی تنصیب سے چند یوم قبل، عموماً آپ کو اسپرین یا وارفارین نہ لینے کی ہدایت کی جاتی ہے۔

آپ اگر شوگر کے مریض ہیں تو اپنے معالج سے انسولین یا شوگر کی دیگر ادویہ کے استعمال کا طریقہ دریافت کیجئے۔

آپ کا معالج آپ کو دھڑکن کی شرح کنٹرول کرنے والی ادویہ لینے سے بھی منع کر سکتا ہے۔

اپنے معالج کے مشورہ کے بغیر اپنی کسی بھی دوا کو استعمال کرنا بند نہ کیجئے۔

معالج سے یہ بھی دریافت کیجئے کہ کوئی ادویہ کا استعمال روکنا ہے اور کب روکنا ہے۔

توجہ دیجئے! اگر آپ کو کسی دوا یا خوراک سے الرجی ہے تو براہ مہربانی اپنے معالج کو فوراً آگاہ کیجئے۔

کیا میں کھانا کھا سکتا ہوں؟

پیس میکر کی تنصیب سے قبل شام کو معمول کے مطابق کھانا کھائیے۔ تاہم جس صبح یہ ”امپلانٹ“ ہونا ہو اس رات ۱۲ بجے کے بعد کھانا، پینا اور چہانہ مکمل طور پر روک دیجئے اس پابندی میں چیونگم، منٹ اور پانی بھی شامل ہے۔ اگر آپ نے ضروری ادویہ لینی ہیں تو انہیں پانی کی چھوٹی سی چمکی (سپ) کے ساتھ لیں۔ برش سے دانت صاف کرتے ہوئے پانی کو قلع میں نہ لے کے جائیں۔ عموماً تنصیب سے پہلے ایک وقت کا کھانا روک دیا جاتا ہے۔ اگر یہ طریقہ کار دن کے آخری حصے تک موخر ہو جائے تو آپ ہلکے مگر مائع حالت میں ناشتہ لے سکتے ہیں۔

میرا لباس کیسا ہونا چاہئے؟



بہتال کیلئے آتے ہوئے آرام دہ لباس زیب تن کیجئے۔ پروسیجر سے پہلے آپ کو بہتال کا فراہم کردہ گاؤن پہنا یا جائے گا اور آپ کا اپنا لباس آپ کے ہمراہ آنے والوں کے سپرد کر دیا جائے گا۔ آپ اپنا چشمہ اور آلہ سماعت استعمال کر سکیں گے۔ براہ مہربانی اپنے زیورات، گھڑیاں اور دیگر قیمتی اشیاء گھر پر ہی چھوڑ دیجئے! نیز میک اپ اور نیل پالش بھی صاف کر دیجئے۔ آپ اگر مصنوعی دانتوں کی بتیسی استعمال کرتے ہیں تو وہ بھی آپ کو اتارنے کیلئے کہا جائیگا۔

مجھے اپنے ہمراہ کیا لانا چاہیے؟

براہ مہربانی اپنا مکمل طبی ریکارڈ اپنے ہمراہ لے کر آئیے۔



تنصیب کا عمل کہاں کیا جاتا ہے؟

”پیس میکر“ کی تنصیب کا عمل زیادہ تر ”کیتھ لیڈ“ کے ایک مخصوص کمرے میں سرانجام دیا جاتا ہے۔ اگر (epicardial pacemaker) کی تنصیب مقصود ہو تو یہ عمل سرجری والے کمرے میں تکمیل پاتا ہے۔ پروسیجر کے دوران آپ کے اہلی خانہ ”انٹیو گرافی“ والے کمرے کے باہر انتظار گاہ میں انتظار کر سکتے ہیں۔ اس عمل کی تکمیل کے بعد انہیں اجازت ہوتی ہے کہ وہ آپ سے بحالی صحت والے حصے میں آ کے مل سکیں۔ یہ عمل عموماً ایک سے دو گھنٹوں پر محیط ہوتا ہے۔



تنصیب کے عمل سے پہلے!

آپ سے اس عمل کی رضامندی کے فارم پے دستخط کرنے کیلئے کہا جائیگا۔ پھر آپ بستر پر لیٹ جائیں گے اور نرس آئی وی (انٹرا وینس لائن) ایک کیٹولہ کے ذریعے آپ کی کلائی یا ہاتھ کی پشت کی وین سے منسلک کر دے گی۔ مرد حضرات کیلئے چھاتی کا بالائی حصہ اور زیر ناف حصہ شیو کیا جائیگا۔ عمل کے باقاعدہ آغاز سے پہلے آپ کے خون کے ٹیسٹ لیے جائیں گے اور ضرورت



کے مطابق ای سی جی (ایکو کارڈیو گرام) بھی درکار ہوگا اگر آپ کا تعلق صنف نازک سے ہے اور آپ کی عمر ۱۰ سے بچپن سال کے درمیان ہے اور آپ (hysterectomy) کے عمل سے نہیں گزریں تو اپنے معالج کو ضرور آگاہ کریں تاکہ وہ متوقع انفرامیل کا ٹیسٹ بھی کر سکے۔ یہ اس لیے ضروری ہے کہ امپلانٹ کا عمل ایک سرے کی تابکاری پر مشتمل ہوتا ہے۔ حمل کی صورت میں یہ بچے کیلئے نقصان دہ ثابت ہوگا۔ پیس میکر کی تنصیب سے قبل آپ کو آئی وی کیٹولہ کے ذریعے ایٹمی بائیونک دوا بھی دی جائیگی۔

آئی سی ڈی یا سی آر ٹی پیس میکر کے عمل تنصیب کے دوران!



آپکو ذہیل چیر یا بیڈ کے ذریعے کیٹھ لیب یعنی کارڈیک کیٹھیر انڈیشن لیب تک لے جایا جائے گا اور وہاں آپکو ایک خصوصی ایکسپریٹ ٹیمبل پر منتقل کر دیا جائے گا۔ اس ٹیمبل کے اوپر کی طرف پہ ایک بڑا کیمرہ ہوتا ہے جس کے ہمراہ ایک ٹیلیویشن اسکرین بھی ہوتی ہے۔ پروسجر کرنے والی ٹیم ایک کارڈیالوجسٹ (ماہر امراض قلب) چند نرسوں اور تکنیک کاروں پر مشتمل ہوتی ہے۔ وہ سب ماسک، گاؤن اور دستاں پہنے ہوئے ہوں گے

ایکسپریٹ ٹیمبل پہ آپکو موزوں طریقے سے لٹانے کے بعد آپ کے بدن کے ساتھ بہت سے "مانیٹرز" کو منسلک کر دیا جائے گا۔ ایک آکسیجن نمائندہ (بلڈ پریشر) معلوم کرنے والا مانیٹر آپکی ناگ کے ساتھ منسلک کیا جاتا ہے تاکہ عمل کے دوران وقتاً فوقتاً بلڈ پریشر کی صورتحال سے آگاہی رہے ایک (oximeter monitor) ایک چھوٹے سے کلپ کے ذریعے آپکی انگلی سے لگا دیا جاتا ہے تاکہ آپ کے خون میں آکسیجن کی مقدار پر نگاہ رکھی جاسکے۔ عمل کے آغاز سے پہلے آپکو آئی وی کیٹولا کے ذریعے سکون آور دوا بھی دی جاسکتی ہے۔ اسلئے ممکن ہے آپ اس دوا کی وجہ سے کچھ غنودگی محسوس کریں۔

- آپکے سینے کا بالائی حصہ ایک جراثیم کش محلول سے صاف کیا جائے گا تاکہ آپ کسی بھی انفیکشن سے محفوظ رہ سکیں۔ پھر چہرے کے علاوہ آپ کے تمام بدن کو جراثیم سے پاک چادروں سے ڈھانپ دیا جائے گا۔
- آپکی ہنسی کی ہڈی سے ذرائع "لوکل انٹھیٹیزیا" دیا جائے گا تاکہ نشتر لگانے کی متعلقہ جگہ کو سن کیا جاسکے۔ جب ڈاکٹر اس سن کرنے والی دوا کا انجکشن لگائیں گے تو وقتی طور پہ آپکو وہاں تپش کا احساس ہوگا یا ایسے معلوم ہوگا جیسے کوئی آپکو چنگی بھر رہا ہے جلد ہی یہ حصہ سن ہو جائے گا۔
- آپکے کارڈیالوجسٹ "پیس میکر" کی تنصیب کیلئے سن کر دو جگہ پہ تین سے چار انچ لمبائی کا ایک شکاف بنائیں گے۔ جب آپکی جلد کے نشو کے نیچے پیس میکر کیلئے خلا بنایا جا رہا ہوگا تو آپکو کچھ ڈھسوس ہو سکتا ہے۔
- اب تاروں کو ایک وین یا انس کے ذریعے دل تک پہنچایا جائے گا اور ان کا دوسرا سر اجریٹریا بیٹری کے ساتھ منسلک کر دیا جائے گا۔
- یہ جزیٹریٹس آپ کی جلد کے نیچے ہی نصب کیا جائے گا۔
- آپکا معالج ICD or CRT پیس میکر کو ٹیسٹ کرے گا اور آپکی ضرورت کے مطابق خصوصی طور پہ اسکی کارکردگی کی ہدایات طے کرے گا۔
- اس زخم کو اب حل پذیر ٹانگوں کے ذریعے بند کر دیا جائے گا اور اسے ایک جراثیم سے پاک پٹی سے محفوظ کر دیا جائے گا۔

اس تمام عمل کا دورانیہ دو سے چار گھنٹے تک ہوگا۔

"آئی سی ڈی سی آر ٹی پیس میکر" کی تنصیب کے بعد:

آپکا کارڈیالوجسٹ اس عمل کے مکمل ہونے کے فوراً بعد آپکے اہل خانہ سے تبادلہ خیال کرے گا۔

کیا مجھے ابھی ہسپتال میں رکنا ہوگا؟

جی ہاں آپکو ہسپتال میں داخل کر لیا جائے گا جہاں آپ امپلانٹ کے بعد ایک رات قیام کریں گے۔ عموماً آپ اس عمل کے ایک روز بعد اپنے گھر جاسکتے ہیں۔ جیسے ہی آپ بحالی صحت والے شعبہ (recovery area) میں آتے ہیں آپکے اہل خانہ آپ سے ملاقات کر سکتے ہیں۔ اگر آپکا کرہ سی سی یو یعنی کارڈیک کیٹریونٹ میں ہے تو آپ کے اہل خانہ مقررہ اوقات میں ہی آپ سے مل سکتے ہیں۔

مجھ سے کس طرح کے عمل کی توقع کی جائے گی!

آپ سے توقع کی جائے گی کہ آپ تنصیب کے بعد کم از کم ۴ سے ۶ گھنٹے تک اپنے بستر پر آرام کریں۔ آپ کی دھڑکن کے تناسب کا مسلسل جائزہ لیا جاتا رہے گا۔ اس عمل کے بعد معمولی سی بے آرامی ایک فطری امر ہے۔ درد کی صورت میں اپنی نرس کو مطلع کیجئے تاکہ وہ آپ کو دوا دے اور اگر درد کم نہ ہو تو پھر بھی اُسے مطلع کریں۔ عمل تنصیب کے بعد آپ کو پانی کی چند چٹکیاں لینے کی اجازت دی جائے گی اور اگر نتائج معمول کے مطابق رہے تو جلد ہی آپ کو ٹھوس غذا کی اجازت دے دی جائے گی۔

توجہ دیجئے! امپلانٹ کے بعد ابتدائی ۲۴ گھنٹے میں اپنے "پیس میکر" والی طرف کے بازو کی حرکت نہایت محدود رکھیں اور عمل کے بعد پہلی رات "پیس میکر" والی کروٹ پہ آرام بھی نہ کریں۔

آپکو تجویز کردہ اینٹی بائیوٹک ادویہ آئی وی کیٹولا کے ذریعے سے دی جاتی رہیں گی۔



آئی سی ڈی یا سی آر ٹی پیس میکر کی تنصیب کے بعد آپ کے گھر یلو معمولات!

گھر روانہ ہوتے ہوئے آپ سے تنصیب کے دو دن بعد (Cardiac Catheterization Laboratory) میں اپنے زخم کے معائنے کیلئے آنے کو کہا جائیگا۔ مقرر کردہ تربیت یافتہ عملہ زخم کی پٹی بدل دے گا اور زخم کا معائنہ بھی کرے گا۔ اگر کوئی پیچیدگی نہ پائی گئی تو زخم کو کھلا چھوڑ دیا جائے گا اور آپ زخم والے حصہ سمیت تمام بدن کا غسل لے سکتے ہیں یعنی اگلے روز صابن اور پانی استعمال کر سکتے ہیں۔ زخم کو صاف اور خشک رکھیے اور جب تک کہانہ جائے اس پر کوئی بھی دوا کی آمیزش والا پاؤ ڈریا مرہم نہ لگائیے۔

اگر آپ کا زخم ریس نہیں رہا اور مندل ہو رہا ہے تو اس صورت میں آپ خشکی یا کھجلی سے آرام کیلئے اس کے ارد گرد روشن کا استعمال کر سکتے ہیں۔ گھر میں ایک ہفتہ تک (خصوصاً پہلے ہفتہ میں) روزانہ اپنے زخم کا جائزہ لیتے رہیں تاکہ اس میں ہونے والی تبدیلیوں پہ نگاہ رکھی جاسکے۔

اگر آپ کو درج ذیل میں کوئی ایک علامت بھی نظر آئے تو فوری طور پہ ہسپتال میں اس کی خبر کیجئے!

- زخم کے مقام سے بڑھتا ہوا نکاس خون کا بہاؤ یا رساؤ
- شدید درد یا "امپلائنٹ" کی جگہ سے زخم کا کھل جانا
- آلہ کے مقام تنصیب کے ارد گرد سرخی، سوجن یا جھرت
- بخار یا بدن کا بڑھا ہوا درجہ حرارت (100F سے زیادہ)
- پیس میکر سے پیدا ہونے والی علامات مثلاً غنودگی، اختلاج قلب اور ڈھرن میں سستی یا تیزی
- پیس میکر کے اوپری حصے میں بار بار جھٹکے محسوس کرنا



آئی سی ڈی یا سی آر ٹی پیس میکر امپلائنٹ کے بعد کون کون سے ٹیسٹ کیے جائیں گے؟

ایک ای سی جی ہوگی اور چھاتی کا ایک ایکسرے لیا جائیگا تاکہ آپ کے پھیپھڑوں، پیس میکر کی پوزیشن اور متعلقہ تاروں کا مکمل جائزہ لیا جاسکے۔

گھر کیلئے روانگی!

گھر جانے سے قبل ممکن ہے کہ کارڈیالوجسٹ آپ کے "آلٹ" کے پروگرام کو دوبارہ ترتیب دے گا تاکہ وہ آپ کی ضرورت کے مطابق ہم آہنگ ہو جائے۔ اس پروگرام کی ایک نقل یا کاپی آپ کو بھی مہیا کی جاتی ہے تاکہ آپ اسے حفاظت سے رکھ لیں۔ گھر کیلئے روانگی سے قبل وہ ہدایات جن میں زخم کی دیکھ بھال، سرگرمیوں کی رہنمائی اور دوبارہ مشورہ کیلئے آنا شامل ہوتے ہیں ان کا دوبارہ جائزہ لیا جاتا ہے۔ مریضوں کی بھرپور حوصلہ افزائی کی جاتی ہے تاکہ وہ (Cardiac Rehabilitation program) یعنی بحالی قلب کے پروگرام میں ضرور شریک ہوں۔

اگرچہ بہت سے لوگ گھر جاتے ہوئے خوشی محسوس کرتے ہیں لیکن کچھ فکر مند ہونا بھی ایک فطری امر ہے۔ کیونکہ آپ کافی عرصہ ہسپتال میں رہے ہیں اور حال ہی میں آئی سی ڈی نصب کیا گیا ہے تو یہ فکر معمول کی بات ہے۔ تاہم ہم کوشش کرتے ہیں کہ آپ کا معمول کی زندگی میں لوٹنا یقینی بنایا جائے اور اس ضمن میں آپ کو ہر ممکن مدد فراہم کی جائے۔ آپ ہمیں کسی بھی سوال کے جواب کیلئے موجود پائیں گے۔ اسی طرح اگر آپ الجھن کا شکار ہیں یا آپ کا دل نہیں لگ رہا تو جیسے ہی آپ گھر پہنچیں آپ کے لیے ضروری ہے کہ آپ کسی سے دل کی کیفیت کا اظہار کریں۔

آئی سی ڈی اسی آر ٹی پیس میکر شناختی کارڈ اور ان کے عمل تنصیب کی رپورٹ (تحریری تفصیل)

اس تنصیب کے تین دفتری ایام کے بعد آپ کو اس تمام عمل کی تحریری تفصیل کی رپورٹ جاری کر دی جائے گی۔ آپ ایک عدد پیس میکر شناختی کارڈ بھی وصول کریں گے جس پر اس کی قسم اور متعلقہ تاروں کی نوعیت، اس کے بنانے والے کا نام تاریخ تنصیب اور امپلانٹ کرنے والے معالج کا نام سب کا اندراج ہوتا ہے۔ آپ پہ لازم ہے کہ طبی توجہ اور حفاظت کے پیش نظر اس کارڈ کو ہمیشہ اپنے ہمراہ رکھیں۔

”خود کو ہشاش بشاش اچاق و چو بند رکھنا“

اس آلہ کی تنصیب کے ذریعے سے کیا گیا علاج دراصل آپ کے علاج کے جامع پروگرام کا ایک حصہ ہے۔ اسلئے یہ تمام امور بھی نہایت اہم ہیں کہ آپ اپنی ادویہ وقت پر لیں، خوراک میں توازن لے لیں، ایک صحتمند طرز زندگی اختیار کریں، کلینک میں اپنی مقرر شدہ ملاقاتوں کی پابندی کریں اور اس طرح سے خود کو اپنی معالج ٹیم کا ایک محترم حصہ ثابت کریں۔

”مریض کیلئے ہدایات“

جسمانی سرگرمی: آپ کے دل کو صحت مند رکھنے کیلئے ایک مقررہ حد تک ورزش بے حد ضروری ہے۔ آئی سی ڈی کا برقی جھٹکا فراہم کرنے یا دل پہ دباؤ ڈالنے سے پیدا ہونے والی تشویش ایک فطری امر ہے۔ ابتدائی صحت یابی کے بعد یعنی عموماً ۴ سے ۶ ہفتوں کے بعد آپ کو تیز دی جاتی ہے کہ اپنی سرگرمیوں میں اضافہ کریں۔ آپ کو بحالی قلب کے کچھ پروگراموں میں شمولیت کی دعوت بھی دی جاتی ہے اور ورزش کے ذریعے خود کو جانچنے کی ترغیب بھی دی جاتی ہے تاکہ آپ جلد اپنے روزمرہ کے معمولات کو لوٹ سکیں۔ زخم کے مکمل مندل ہونے کے بعد آپ چاہیں تو تیرا کیلئے جا سکیں گے۔ تاہم آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ کسی تالاب میں اکیلے تیرا کی نہ کریں اور اکیلے ساحل سمندر پہ نہانے سے بھی گریز کریں۔ ایسے کھیل جن میں دھکم پیل ہوتی ہو مثلاً رگبی بھی آپ کیلئے ممنوع ہیں کیونکہ اس سے آلہ یا اس کی تاریں الگ ہو سکتے ہیں اگر آپ کو اپنی جسمانی سرگرمیوں کے حوالے سے کسی بھی قسم کی تشویش ہو تو براہ مہربانی آئی سی ڈی کلینک پہ اپنے ڈاکٹر، نرس یا فریالوجسٹ سے رابطہ قائم کریں۔



ڈیوائس کلینک میں آئندہ ملاقاتوں کیلئے آنا

آپ کے ”آئی سی ڈی“ کا باقاعدگی سے جائزہ لیا جانا چاہیے اور اس کی تنصیب کے فوراً بعد آپ کا باقاعدگی سے کلینک آنا بے حد اہم ہے۔ آپ کی ہر آمد کے دوران الیکٹروفیزیالوجسٹ یا آئی سی ڈی نرس آپ کے آئی سی ڈی کا معائنہ کریں گے۔ یہ معائنہ ایک خاص قسم کے پروگرام کے ذریعے سے ہوگا جو آئی سی ڈی کی کارکردگی اور اسکی بیٹری کی زندگی کے بارے میں معلومات فراہم کرتا ہے۔ یہ تمام معلومات کمپیوٹر اپنی یادداشت میں محفوظ کر لیتا ہے جو کہ آپ کے ریکارڈ کے ساتھ منسلک کر دی جاتی ہیں۔ آپ کے زخم کا جائزہ بھی لیا جاتا ہے اور چند دیگر ٹیسٹ بھی کیے جاتے ہیں۔ براہ مہربانی اس موقع پر اگر کوئی مسئلہ یا پریشانی ہو تو وہ ضرور پوچھ لیجئے!

بازو کی حرکت:

بازو کو مختصر رکھنے کیلئے تنصیب کے چند روز بعد بازو اور کندھے کی ہلکی پھلکی ورزشیں بے حد ضروری ہیں۔ پیچیدگی سے بچنے کیلئے تنصیب کے بعد ابتدائی ہفتوں میں بازو کی زوردار اور تیز حرکت سے گریز کریں۔ انہی چند ہفتوں میں ان تاروں کے گرد قدرتی طور پر نشوونما ہو جائیگی جو ان تاروں کو اپنی جگہ پر رکھنے میں مدد فراہم کریں گے۔

گاڑی چلانا:

آپ کے لیے تجویز کیا جاتا ہے کہ تنصیب کے چار ہفتے بعد ہونے والے سسٹم کی کارکردگی کے معائنے تک گاڑی کا چلانا مؤخر کر دیجئے! 2009 European Heart Rhythm Association کے ایک مشترکہ اعلامیہ کے مطابق ذاتی گاڑی

چلانے کی ممانعت کچھ اس طرح سے ہے:

جانوی پچاؤ کیلئے آئی سی ڈی کی تنصیب	:	۳ ماہ
ابتدائی پچاؤ کیلئے آئی سی ڈی کی تنصیب	:	۴ ہفتے
تنصیب آئی سی ڈی اور اسکے مناسب علاج کی صورت میں	:	۳ ماہ
آئی سی ڈی کی تنصیب اور بعد ازاں غیر مناسب علاج کی صورت میں	:	اس وقت تک جب تک غیر مناسب علاج کے مضمرات سے بچاؤ نہیں کر لیا جاتا

جنسی سرگرمی:

جنسی معمولات دوبارہ سے شروع کرنے میں جھجک ایک عمومی رویہ ہے۔ تاہم یہ تنصیب شدہ آلہ آپ کے ساتھی کو کسی قسم کا نقصان نہیں پہنچائے گا یہاں تک کہ اگر جنسی عمل کے دوران آپ کو آلہ کے ذریعے برقی جھٹکا ملا تو بھی اس کے اثرات آپ کے ساتھی پر نہیں ہوں گے۔

برقی مقناطیسی مداخلت:

برقی مقناطیسی یا الیکٹرو میگنیٹک مداخلت آپ کے "آئی سی ڈی" کو نقصان نہیں پہنچائے گی بلکہ اس کے ذریعے کیے گئے آپ کے علاج کے عمل کو وقتی طور پر معطل کر دے گی۔ اس مداخلت سے دور ہٹ جانے کی صورت میں آلہ معمول کے مطابق دوبارہ کام کرنا شروع کر دے گا۔ روزمرہ استعمال کے زیادہ برقی آلات آپ کے "آئی سی ڈی" پر اثر انداز نہیں ہوتے۔ عام برقی سوکچ، ٹی وی سی ڈی، ریڈیو، فریج، کوکر، کمپیوٹر اور مائیکرو ویو اوون وغیرہ جب تک درست حالت میں کام کرتے رہتے ہیں، آپ کے آئی سی ڈی کے عمل میں کوئی رکاوٹ نہیں ڈالتے۔ اگر کسی برقی آلہ کے استعمال کے دوران آپ کا سر چکرانے یا اختلاج قلب کی شکایت محسوس کریں تو آپ کو فوراً اس آلہ سے دور ہٹ جانا چاہیے اور ہسپتال فون کرنا چاہیے یا ڈیوائس کلینک سے فون پر فوری مشورہ طلب کرنا چاہیے۔

موبائل فون:



چند تحقیقی مطالعات میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ اگر موبائل فون آئی سی ڈی سے چھ انچ یا اس سے کم فاصلے پر ہو تو وہ اس کے عمل پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔ اسلئے آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ اپنے موبائل فون کو "آئی سی ڈی" کی جانب اپنی قبض یا کوٹ کی جیب میں نہ رکھیے۔ موبائل کے استعمال کا مثالی طریقہ کار یہ

ہے اسے آئی سی ڈی کے دوسری جانب کان کے اوپری سمت رکھا جائے۔ کال کرتے ہوئے یا وصول کرتے ہوئے، موبائل فون کے اینٹینا (اپریل) کو براہ راست چھونے سے گریز کیجئے!

کچھ سفر کے بارے میں:

آپ اپنے آئی سی ڈی کے ساتھ بیرون ملک سفر محفوظ انداز میں کر سکتے ہیں لیکن آپ کو اپنا آئی سی ڈی کارڈ ہمراہ رکھنا چاہیے اور حفاظتی عملہ سے درخواست کرنی چاہیے کہ وہ ہاتھوں سے آپ کی تلاش کا عمل مکمل کر لیں۔ یہ ایسے ضروری ہے کہ ہاتھ میں تھا ہوا تلاشی کا آلہ بھی وقتی طور پر آپ کے ڈی فریلیر کے عمل میں خلل کا باعث بن سکتا ہے۔ میٹل ڈیٹیکٹر (دھاتی شناخت کار) محراب سے تیزی سے گزر جائے لیکن آئی سی ڈی کا دھاتی خول یہاں پہنچنے کا باعث بن جائے گا۔ (یہاں اپنا کارڈ پیش کیجئے)۔ اس عمل سے آپ کے آئی سی ڈی کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔ اس بات کو بھی یقینی بنائیے کہ آپ کی سفری انشورنس کمپنی کو بھی آپ کے آئی سی ڈی کے بارے میں علم ہو۔ براہ مہربانی یہ بات بھی ذہن نشین رکھیے کہ آپ کا معالج آپکو دور دراز اور الگ تھلگ مقامات کیلئے سفر سے منع کرے گا۔ آپ جہاں پہ جا رہے ہیں آپکو وہاں کے آئی سی ڈی کلینک کی تفصیل بھی مہیا کی جاتی ہے۔ اپنے مجوزہ سفر سے کم از کم چھ ہفتے قبل آئی سی ڈی کلینک سے رابطہ کیجئے یا اپنے آئی سی ڈی کے صنعتکار کی ویب سائٹ سے معلومات حاصل کیجئے!



مقناطیس:



مقناطیس نہ تو اٹھائیے اور نہ ہی انہیں اپنی چھاتی کے قریب لائیے۔ اسٹیریو یا ہائی فائی اسپیکرز کے قریب جانے سے بھی احتراز کیجئے کیونکہ ان میں بھی نہایت طاقتور مقناطیس نصب ہوتے ہیں۔ جو کہ آپ کے آئی سی ڈی کے عمل میں مداخلت کا باعث بنیں گے۔ مقناطیس کے زیر اثر آئی سی ڈی اپنا عمل معطل کر دیتا ہے (بعض مریضوں میں جنہیں آئی سی ڈی سے غیر ضروری برقی جھٹکے مل رہے ہوں ان میں آئی سی ڈی کا عمل معطل کرنا بھی ضروری ہوتا ہے۔

شاپنگ سنٹرز میں داخلے پر بنائے گئے سکیورٹی سسٹم:

(حفاظتی نظام) سے آپ کے آئی سی ڈی پہ بالکل معمولی سا اثر پڑ سکتا ہے۔ اسلئے آپ کے مشورہ ہے کہ ان دروازوں سے عام رفتار سے گزر جائے لیکن ان کے قریب کھڑے ہونے سے گریز کیجئے۔

طبی آلات اور ہسپتال کے دیگر طریقہ علاج کا آپ کے آئی سی ڈی پہ اثر:



ہسپتال کے آلات اور سرجن کے زیر استعمال دیگر آلات آپ کے آئی سی ڈی کے عمل میں رکاوٹ نہیں ڈالتے۔ تاہم آپکو تجویز دی جاتی ہے کہ متعلقہ طبی عملہ اور دندان ساز کے ہاں عملہ کو اپنے آئی سی ڈی کی تنصیب کے بارے میں ضرور بتائیے کیونکہ کسی علاج سے پہلے مخصوص تکنیکی مدد کی ضرورت پیش آسکتی ہے۔ ہسپتال آتے ہوئے ہمیشہ اپنا پیس میکر شناختی کارڈ ہمراہ رکھیں۔ یہ کسی دوسرے آپریشن یا تشخیص کیلئے بھی کارآمد ثابت ہوگا جس کا تعلق آئی سی ڈی کے ساتھ نہیں۔ آئی سی ڈی کے ساتھ ایکسرے، سی ٹی اسکین اور میوگرام جیسے ٹیسٹ محفوظ کہلاتے ہیں۔ تاہم آپ کو (magnetic resonance imaging MRI) سے اجتناب کرنا چاہیے۔ کچھ برقی اعصاب پھول کو محرک کرنے والے آلات (TENS units) آئی سی ڈی کے عمل کے ساتھ مداخلت کر سکتے ہیں لیکن یہ اس بات پہ محض ہے کہ ان کا استعمال اس سے نزدیک ہو رہا ہے یا اس سے دور اس قسم کے علاج کا مشورہ ملنے کی صورت میں مزید رہنمائی کیلئے اپنے آئی سی ڈی کلینک سے رجوع کریں۔

مستقل پس میکر استعمال کرنے والے مریضوں کیلئے معلوماتی پرچہ

روزمرہ کے وہ کام جن میں کوئی ممانعت نہیں



آپ گھر میں ہنگی سے جلنے والی چیزیں جیسے کاسٹری وغیرہ استعمال کر سکتے ہیں



آپ ہنگی کے سوچے کو ہاتھ لگا سکتے ہیں



آپ جھک سکتے ہیں مثلاً نماز پڑھ سکتے ہیں



گھر میں سلائی کی مشین کو استعمال کر سکتے ہیں



آپ پانی کا استعمال کر سکتے ہیں مثلاً غسل یا نہا سکتے ہیں



آپ گھر میں رموٹ کنٹرول کا استعمال کر سکتے ہیں



آپ گاڑی میں سڑ کر سکتے ہیں اور گاڑی چلا سکتے ہیں



خبریں میکر لگنے کے بعد آپ کے سینے کا X-Ray کیا جائے گا۔ اس میں آپ کو کوئی خطرہ نہیں



گیس کا چلہا استعمال کر سکتے ہیں



مائیکرو ویو استعمال کر سکتے ہیں



الٹراساؤنڈ کرتے وقت استعمال کر سکتے ہیں



آپ گھر اور دفاتر میں استعمال ہونے والے تار والے ٹیلی فون استعمال کر سکتے ہیں



موبائل فون کو پیس بیکر لگائے جانے کی جگہ سے دور رکھیں اور دوسرے طرف کا کان استعمال کریں



آپ بڑھیاں چڑھ سکتے ہیں

روزمرہ کے وہ کام جن میں استعمال ممنوع ہے

ایسے مریض جو پیس میکر کو ہمیشہ کے لئے اسپلانٹ کر چکے ہیں انہیں درج ذیل کاموں سے اجتناب کرنا چاہئے۔



خبریں بیکر کی لگ جانے کے بعد آپ کا MRI نہیں ہو سکتا



ہوائی اڈوں اور دوکانوں پر لگے ہوئے سیکورٹی کے اسکینرز اور دروازوں پر اپنا پیس بیکر کارڈ دکھا دینے اور ان کے قریب نہ ٹہریے



موبائل فون کو پیس بیکر سے قریب کان سے استعمال نہ کیجئے

اگر آپ کو غیر ضروری برقی جھٹکے مل رہے ہیں!

پڑ سکون رہیے۔ بیٹھے یا لیٹ جائیے اور کسی سے کہیے کہ وہ آپ کے ہمراہ رہے۔ اگر جھٹکے کی وجہ سے آپ کی طبیعت بگڑ رہی ہے تو اپنے ڈاکٹر یا ایبولینس کو فوراً فون کیجئے! اگر جھٹکے کے بعد آپ کی حالت بہتر ہے تو ہنگامی طبی امداد کی ضرورت نہیں۔ آئندہ چند گھنٹوں کے اندر اپنے ڈاکٹر کو فون کر کے مشورہ ضرور لے لیجئے۔ جب آئی سی ڈی اپنا برقی جھٹکا نشر کرتا ہے، اس دوران اگر کوئی آپ کو چھو لے تو چھو لے والے کیلئے یہ نقصان دہ نہیں ہے۔

”بعد از تنصیب دیکھ بھال کا لائحہ عمل“

آئی سی ڈی کی تنصیب کے بعد دیکھ بھال کیلئے باقاعدگی سے اپنے معالج سے ملتے رہنا بے حد اہم ہے۔ آپ کا معالج آپ کو آگاہ کرے گا کہ آئی سی ڈی کا معائنہ آپ کو کب کب درکار ہوگا۔ اس معائنہ کے دوران ڈاکٹر اس بات کا جائزہ بھی لیں گے کہ آئی سی ڈی نے اس دوران کتنی مرتبہ دل کے غیر معمولی تناسب کیلئے علاج مہیا کیا ہے نیز اس کی بیٹری کی موجودہ کیفیت کیا ہے۔ کیونکہ میں آپ کی یہ ملاقاتیں بھی نہایت اہم ہیں علاوہ ازیں سال میں ایک مرتبہ اپنے کاڑ دیا لوجسٹ سے ملاقات بھی آپ کے لیے بے حد ضروری ہے۔

مزید سوالوں کے جوابات جاننے کے لئے ہم سے رابطہ کریں

ٹبہ ہارٹ انسٹی ٹیوٹ

اسٹریٹ نمبر ۱، بلاک نمبر ۲، فیڈرل بی ایریا، کراچی ۷۵۹۵۰ پاکستان

فون: +۹۲-۲۱-۳۶۸۱۱۸۲۲-۵۰ ایکسٹینشن ۵۵۲
سوموار سے ہفتہ صبح ۹ سے شام ۵ بجے

یو ایس این: ۱۱۱-۸۲۲-۸۲۲

فیکس: +۹۲-۲۱-۳۶۳۷۹۰۶۲

ای میل: feedback@tabbaheart.org

ملاقات کے وقت کیلئے،

کنسلٹنٹ کلینک؛

فون: +۹۲-۲۱-۳۶۸۱۱۸۲۲-۵۰

ایکسٹینشن: ۵۳۶ اور ۱۵۰۳