

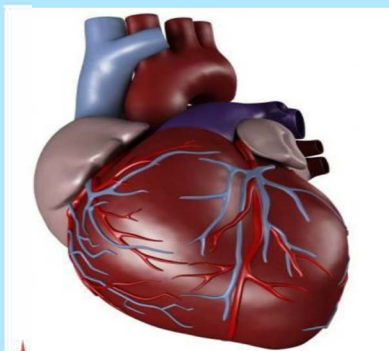


انجمن ملی پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی تبریزگان

99/SH/PA/GP/28

نارسایی

احتقانی قلب



تهیه کننده :

سمانه مطهری

رئیس بخش:

دکتر ملیحه مفتوحی

تایید کننده :

کمیته آموزش به بیمار

ناظر کیفی :

سوپروایزر آموزش سلامت

۱۳۹۹

۶) در آرامش و به دور از استرس و اضطراب باشید چون افزایش ضربان قلب باعث افزایش کار قلب میشود.

۷) در هوای خیلی گرم و سرد قرار نگیرید و از پوشیدن لباس تنگ خودداری کنید.

۸) از مصرف الکل و سیگار خودداری نمایید.

۹) به علت عوارض شدید عفونتها ترجیحا هر سال علیه آنفلوانزا و پنومونی پنوموکوکی واکسینه کنید.

۱۰) از فعالیت بدنی شدید پرهیز کنید و متناسب با توانایی خود فعالیت نموده و در این زمینه با پزشک خود مشورت کنید.

۱۱) تعداد ضربان نبض را در یک دقیقه روزانه کنترل کنید.



منابع :

کتاب برونر سوارث (کلیه و مجاری ادراری)

نارسایی قلب چگونه درمان می شود؟

- استراحت کافی
- خودداری از مصرف نمک
- ممکن است در برخی موارد، انجام عمل جراحی ضروری باشد.
- ممکن است جهت تقویت قلب شما، پزشک شما داروهایی تجویز نماید و یا جهت دفع آب اضافی به شما قرص های مخصوص دفع آب یا "ادراآور" را بدهد.



نکات خودمراقبتی در نارسایی قلبی

- ۱) پیروی از دستورات پزشک
- ۲) مصرف داروها طبق دستور پزشک
- ۳) توزین روزانه خودتان جهت بررسی افزایش مایع که صبح زود و قبل از صبحانه انجام شود.
- ۴) رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر اندک نمک و چربی اشباع در حجم کم و در فواصل کم مصرف شود
- ۵) برای مصرف استامینوفن با اجازه پزشک معالج بلامانع است از داروهای مسکن بدون دستور پزشک (ایبوپروفن- ناپروکسن و...) اجتناب کنید.

- ضربان تند و نامنظم قلب
- اختلالات شناختی با عدم توانایی تفکر صحیح



در صورت داشتن علائم ذیل به پزشک مراجعه نمایید:

- درد قفسه سینه و اشکال در تنفس
- بی‌اشتهایی
- بروز تنگی نفس در هنگام فعالیت‌های سبک
- سرفه مداوم
- دفع مکرر شبانه ادرار
- بروز ورم ناگهانی در اطراف مچ پا یا اطراف گردن و شکم

- عفونت قلب و یا دریچه‌های قلب
- پرفشاری خون

نارسایی قلب با چه علائمی همراه است؟

- ضعف و خستگی
- تنگی‌نفس حتی در هنگام فعالیت‌های سبک روزمره و یا در حالت استراحت
- برای تنفس بهتر در حالت استراحت فرد ناچار است در وضعیت نیمه‌نشسته و یا به صورتی که سر بالاتر از بدن قرار بگیرد بخوابد.
- تورم پاها، مچ پا و ساق پا
- بروز سرفه‌های شدید گاهی همراه با ترشحات خونی و کف‌آلود

- احساس پری در شکم
- افزایش وزن در اثر ورم و تجمع مایع در بدن
- تکرر ادرار بخصوص در شب
- برجستگی‌های وریدهای گردن
- تهوع و استفراغ
- بی‌اشتهایی

نارسایی احتقانی قلب حالتی است که در آن قلب قادر به پمپاژ مقادیر کافی خون برای تأمین مواد غذایی و اکسیژن بدن نمی‌باشد. این بیماری یکی از شایعترین علت بستری افراد بالای ۶۵ سال می‌باشد. علائم نارسایی قلبی در طول هفته‌ها و ماه‌ها متعاقب ضعیف‌تر شدن قلب و توانایی کمتر آن برای پمپ کردن خون متناسب با نیازهای بدن ایجاد می‌شوند. نارسایی قلب اغلب منجر به بزرگ شدن قلب (بطن چپ) می‌شود.

چه چیزی ممکن است در نارسایی قلب رخ دهد؟

- قلب به اندازه کافی خون پمپ نکند.
- خون به سیاهرگها برگردد.
- مایعات بدن افزایش یابد و منجر به تورم پاها، مچ پا و ساق پا گردد، که "ادم" نامیده می‌شود.
- مایعات در بدن تجمع پیدا کنند.
- مایعات در ریه جمع شوند که به آن "ادم ریوی" گفته می‌شود.

▪ سلول‌های بدن خون، غذا و اکسیژن به اندازه کافی دریافت نکنند.

دلایل ایجاد نارسایی قلب چیست؟

- عدم اجازه به جریان خون کافی از قلب ناشی از انسداد سرخرگها
- آسیب به عضله قلبی ناشی از حمله قلبی پیشین
- وجود نقص قلبی از زمان تولد