

مرکز درمانی شهید آیت اله اشرفی خمینی شهر

نارسایی قلبی چیست؟

آدرس سایت :

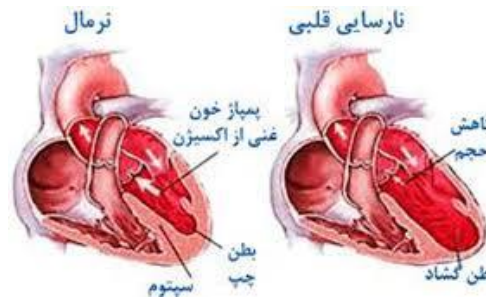
as9dhospitals.mui.ac.ir

واحد آموزش به بیمار
واحد آموزش ارتقا سلامت

1400

نارسایی قلبی چیست؟

نارسایی قلبی وضعیتی است که در آن قلب توانایی پمپاژ خون به مقدار کافی برای بافت‌های مختلف بدن را ندارد. بعبارت ساده تر نارسایی قلب به معنی کاهش شدید عملکرد قلب است یعنی قدرت انقباض یا انبساط قلب کم شده و نمی تواند خون را بمقدار کافی پمپاژ کند.



علت نارسایی قلب:

- ۱- سکتة قلبی: به علت تنگی عروق، برخی از سلولهای عضله قلبی می میرند یا قدرت انقباض قلب کم می شود .
- ۲- فشار خون بالا : قلب افرادی که فشار خون بالادارند به مرور زمان بزرگ می شود .
- ۳- وجود نقص قلبی از زمان تولد
- ۴- عفونت قلب و دریچه های قلب
- ۵- بیماری دریچه ای وعضله قلب
- ۶- اختلال ضربان قلبی(کند یا تند)
- ۷- بیماری داخلی (دیابت - کم خونی)

علائم نارسایی قلبی :

- ۱- مهم ترین علامت این بیماری تنگی نفس است تنگی نفس بخصوص هنگام دراز کشیدن خصوصا زمان راه رفتن، بالا رفتن از پله ها یا فعالیت بدنی . تنگی نفس ناشی از افزایش مایع در ریه بوجود می آید مشکلات تنفسی ممکن است در زمان استراحت یا در فعالیت رخ دهد. در بعضی موارد ممکن است احتقان آنقدر شدید باشد که بیمار را از خواب بیدار کند
- ۲- خستگی ، احساس ضعف و بی حالی ، سرگیجه
- ۳- سرفه خشک یا مرطوب و خلط کف آلوده صورتی (سرفه و خس خس سینه به طور مزمن)
- ۴- ادم (تورم) ناحیه ساق ، مچ پا و تورم شکم



- ۵- اختلالات شناختی یا عدم توانایی تفکر صحیح
- ۶- بی اشتها یا تهوع و استفراغ
- ۷- افزایش وزن به دلیل جمع شدن مایع در بدن
- ۸- ضربان قلب سریع یا نامنظم

روش درمان:

- ۱- تغییر شیوه زندگی
- ۲- دارویی

تغییر شیوه زندگی شامل:

- ۱- تغذیه: مقدار نمک مصرفی را کاهش دهید و غذاهای کم چرب و کم کلسترول مصرف نمایید.
- توجه:** میزان مصرف نمک در این بیماری نقش بسیار مهمی داشته و در صورت عدم رعایت مواردی که پزشک معالج در این زمینه توصیه میکند میتواند سبب تشدید علائم بیماری میگردد.



- ۲- ورزش: بیشتر بیماران مبتلا به نارسایی قلب همچنان می‌توانند ورزش کنند فعالیت‌های ورزشی با نظر پزشک معالج می‌باشد.
- ۳- کنترل وزن: در صورت نیاز، پزشک به شما خواهد گفت که وزنتان را کاهش دهید. و یا نیاز به کاهش وزن ندارید.
- ۴- حمایت خانواده: خانواده نقش مهمی در حمایت و درمان بیمار مبتلا به نارسایی قلبی دارند. کسانی که دچار این بیماری میشوند اغلب دچار احساس ناتوانی در مراحل اولیه بیماری دارند، که خانواده نقش مهمی از حمایت از بیماران مبتلا به نارسایی قلبی دارد زیرا این افراد اغلب دچار اضطراب و ناتوانی میگرددند.

دارو:

- ۱-مدرها: این داروها مقدار دفع ادرار را افزایش می‌دهند و از تجمع مایعات در بدن جلوگیری و در نهایت سبب کاهش بار قلب می‌شوند. همچنین باعث کاهش تجمع مایعات در ریه‌ها شده و در نتیجه تنفس راحت‌تر می‌شود. مثل فورزماید
 - ۲-دیگوکسین (دیژیتال): این دارو با افزایش قدرت انقباض قلب، باعث پمپاژ بهتر قلب در برخی از بیماران می‌شود
 - ۳-قابل ذکر است ممکن است داروهای دیگری نیز توسط پزشک معالج شما تجویز شود
- توجه:** که مصرف آنها جهت کنترل بیماری بسیار ضروری است.

نکات خود مراقبتی در منزل:

- ۱- مصرف داروها طبق دستور پزشک معالج قطع خود سرانه داروها می‌تواند باعث تشدید آن وبستری بیمار شود.
 - ۲- روزانه قبل از خوردن صبحانه خودتان را وزن کنید
 - ۳- رژیم غذایی حاوی اندکی نمک و در حجم کم وبدون چربی
 - ۴- از بین داروهای مسکن مصرف استامینوفن با اجازه پزشک معالج بلامانع است
- توجه:** از داروهای مسکن بدون دستور پزشک خوداری کنید.
- ۵- در محیط پراسترس قرار نگیرید چون باعث افزایش ضربان قلب و بار کاری قلب می‌شود.

- ۶- در هوای خیلی گرم وسرد قرار نگیرید
- ۷- از پوشین لباس تنگ خوداری نمائید
- ۸- از مصرف سیگار والکل خوداری نمائید
- ۹- افعالیت بدنی شدید نداشته باشید و متناسب با توانایی خود فعالیت کنید.

علائم زیر را فوراً به پزشک گزارش دهید:

- ۱- اضافه وزن الی ۱,۵ کیلو گرم در روز یا ۲,۵ کیلو گرم در هفته
 - ۲- فقدان اشتها
 - ۳- تنگی نفس زیاد
 - ۴- تورم در پاها و قوزک
 - ۵- سرفه مداوم
 - ۶- دفع ادرار شبانه به دفعات زیاد
 - ۷- ضربان نبض بیش از صد یا کمتر از شصت در دقیقه را گزارش دهید.
 - ۸- هرگونه بیماری تب دار
- منبع:** در سنامه داخلی جراحی برونر سوارث ترجمه ملاحظت نیک روان وهمکاران ۲۰۱۴
- راهنمایی آموزشی مدد جو برای مراقبت در منزل فاطمه علایی جامع نگر ۱۳۹۰
 - پیشگیری از بیماری قلب و عروق پوردست گران تهران ۱۳۹۴