

تعریف: بیماری نارسایی احتقانی قلب زمانی اتفاق می افتد که به علت اختلال عملکرد قلب مقداری از ظرفیت پمپ کردن کامل خود را از دست میدهد. و قادر به تامین جریان خون کافی برای برآوردن احتیاجات اعضا و بافت های بدن نیست.

علائم شایع:

- تنگی نفس، به خصوص هنگام فعالیت یا موقع صاف دراز کشیدن روی تخت
- تند یا نامنظم شدن ضربان قلب
- بزرگ شدن قلب
- برجسته شدن سیاهرگهای گردن
- خستگی، ضعف یا غش
- سرفه (معمولاً خلط دار) کاهش فشار خون - سبکی سر
- گیجی
- تیرگی شعور - تورم شکم، پا و مچ پا - بزرگ شدن کبد - تهوع ، استفراغ ، آسیت کاهش دفع ادرار در طول روز و شب ادراری

علل حمله قلبی:

بیماری سرخرگهای قلب - بیماری شدید ریه ها، مثل آمفیرم ، کاردیومیوپاتی (بیماری عضله قلب) عفونتهایی که به عنوان عارضه یک بیماری زمینه ای قلب رخ میدهند.

بیماری دریچه های قلب تومور قلب ، ندرتاً پرکاری تیروئید -

بیماری مادرزادی قلب ، کم خونی شدید فشار خون بالا ، نامنظمی های ضربان قلب

- مصرف الکل. الکل باعث کاهش کار قلب میشود . مصرف بعضی از داروها، از جمله داروهای مسدودکننده بتا آدرنرژیک عفونتهایی که با تب بالا همراه هستند . - چاقی ، رژیم پرچرب و پرنمک ، سیگار کشیدن

پیشگیری

اگر دچار بیماری هستید که منجر به نارسایی قلب میشود، به پزشک مراجعه کنید و برنامه درمانی مربوطه را به دقت اجرا کرده و بدان پایبند باشید . دستورات تغذیه ای را نیز رعایت کرده، کشیدن سیگار و نوشیدن الکل را متوقف کنید . توجه داشته باشید که هرگونه عفونتی باعث بدتر شدن بیماری میشود.

عوارض احتمالی

جمع شدن مایع در ریه ها
نامنظمی های ضربان قلب شوک
غش
ترومبوآمبولی

درمان

هدف از درمان عبارت است بهبود کار پمپ کردن قلب، که معمولاً به کمک دارو، استراحت، و سایر اقدامات حمایتی انجام میگردد . گاهی بر حسب علت بیماری، ممکن است جراحی روی دریچه های قلب، سرخرگهای قلب، یا آنوریسم (شکم آوردن) دیواره بطن قلب انجام شود. پیوند قلب در موارد شدیدی که به درمان دارویی پاسخ نمیدهند

داروها

داروهای ادرار آور (دیورتیکها) برای کاهش تجمع مایع در بدن وورم (فورزماید-اسپیرنولاکتون-تریامترن

H، هیدروکلروتیازید) فورسماید باعث دفع پتاسیم می شود باید غذاهای غنی از پتاسیم مصرف کرد

اسپیرنولاکتون، تریامترن H باعث نگه داری پتاسیم و منیزیم می شود در صورت مصرف غذاهای حاوی پتاسیم با احتیاط مصرف شود.

هیدروکلروتیازید باعث نگهداری کلسیم می شود در صورت مصرف لبنیات محدود شود

از عوارض دیورتیکها بی اشتهایی، تشنگی، خشکی دهان ، تهوع و استفراغ، اسهال و یبوست

دیژیتال ها (دیگوکسین) برای تقویت و تنظیم ضربان قلب قبل از مصرف این داروها نبض کنترل شود

داروهای گشاد کننده عروق (هیدرالازین-پرازوسین- نیتروگانتین) این کار برای برداشتن بار از دوش قلبی که باید خون را به درون این رگها پمپ کند انجام می گیرد قبل از استفاده از این داروها فشار حتما کنترل شود عوارض این داروها بی اشتهایی، تشنگی، خشکی دهان، تهوع و استفراغ ، اسهال ، یبوست

فعالیت

در مراحل اولیه، استراحت در تخت به حالتی که قسمت بالای بدن بالاتر از سایر نقاط بدن قرار گیرد اهمیتی به حد دارو دارد



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اهواز

مركز بهداشت و درمان شتران راه چلار

میراثان امام جعفر صادق (ع)

نارسایی قلبی

از میوه ها و سبزیجات و غذاهای دریایی سرشار از پتاسیم (انبه، موز، طالبی، هویج، خرما، سبزیجات دارای برگ سبز، سیب زمینی و ماهی قزل آلا) روزانه خود را وزن کنید و در صورت افزایش وزن بیش از ۱.۵ کیلوگرم در هفته به پزشک مراجعه کنید دستنبند یا گردن آویزی همراه خود داشته باشید که نوع بیماری و داروهایی که دریافت می کنید روی آن نوشته شده باشد

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	نارسایی قلبی
تهیه کننده	واحد ارتقا سلامت - نجمه ارمنده
تأییدکنندگان علمی	آقای دکتر پاکراه
سمت	مدیر گروه طب اورژانس
بازنگری	نوبت چهارم ۱۴۰۳
شماره تماس	۴۴۲۱۰۹۲۲ - داخلی ۱۷۰
آدرس	بلوار آیت اله خامنه ای خیابان پرستار جنب پارک مادر

ز فعالیت بدنی (غیرضروری) مثل بالا راه رفتن از راه پله (تا) مانی که بیماری تحت کنترل درنیا آمده است خودداری کنید) یاده روی به صورت آهسته و موزون و ورزش ملایم با مشورت پزشک مانند شنا، دوچرخه سواری مفید است)

ننگام استراحت پاهای خود را بالا نگه دارید در طی روز از جوراب ضد آمبولی استفاده کنید اگر تنگی نفس شما را پس از خواب رفتن بیدار می کند یک ساعت قبل از خواب پاهای خود را بالا نگه دارید

نبل، حین و بعد از انجام ورزش نبض خود را کنترل کنید در سورتیکه در عرض ۳ دقیقه بعد از انجام ورزش تعداد ضربان نلب بیش از ۱۰۰ ضربه در دقیقه بود استراحت کنید در عرض هوای خیلی سرد و خیلی گرم قرار نگیرید

رژیم غذایی:

سعی کنید وزن خود به حد ایده آل برسانید تا از فشار روی نلب کاسته شود . رژیم غذایی باید کم نمک، کم چرب، و دارای مقادیر زیای فیبر غذایی باشد . از مصرف غذاهای آماده خصوص غذاهای منجمد، کنسرو ها، سس ها خودداری شود .

ه هیچ عنوان الکل ننوشید . مصرف مایعات محدود شود. صرف گوشت قرمز و لبنیات پرچرب، روغن ها و چربی های شباع شده گیاهی مثل روغن نارگیل محدود و در عوض از روغن زیتون استفاده شود پوست مرغ و طیور قبل از پختن از جدا شود از تخم مرغ بیش از سه زرده در هفته استفاده نشود

