

نارسایی قلبی

Heart Failure



تهیه و تنظیم :
سروناز بخشی (کارشناس پرستاری)

نایب‌کننده: دکتر مهریار شگری متخصص قلب و عروق

شماره تماس بیمارستان :
۰۴۴ - ۴۵۳۵۰۹۲۰ - ۳
<https://abbasi.Hospital.umsu.ac.ir>

Heart Failure

نارسایی قلبی :

نارسایی قلبی که گاهی اوقات تحت عنوان نارسایی احتقانی قلب شناخته می شود عبارتست از ناتوانی قلب در پمپاژ خون مورد نیاز بافت ها به منظور تامین اکسیژن و مواد غذایی ، سندرومی بالینی است که با علایم و نشانه های افزایش بار مایعات یا پرفیوژن بافتی مشخص می شود.

علایم نارسایی قلبی

بعضی از افراد مبتلا به نارسایی قلب علایم کمی از خود نشان می دهند. علائمی که ممکن است در افراد مبتلا دیده شود شامل :

- تنگی نفس (خصوصاً در زمان راه رفتن ، بالا رفتن از پله ها و فعالیت)
- تنگی نفس هنگام دراز کشیدن
- کاهش اشتها
- تنگی نفس ناگهانی شبانه که باعث بیدار شدن از خواب می شود.
- خستگی یا ضعف عمومی
- تورم پا و شکم
- ضربان قلب سریع یا منظم
- افزایش ناگهانی وزن
- تهوع

علت این بیماری :

نارسایی قلب علل مختلفی دارد . بعضی اوقات علت دقیقی برای آن یافت نمی شود شایعترین علل نارسایی قلب در زیر ذکر شده است:

- بیماری عروق کرونر
- مشکلات عضله قلب (کاردیومیوپاتی)
- فشار خون بالا
- مشکلات دریچه های قلب
- الکل یا مواد مخدر
- بیماری های مادرزادی قلبی
- دیابت
- بیماری های غده تیروئید

تدابیر طبی و درمان دارویی:

هدف کلی در درمان طبی برطرف کردن علائم به منظور ارتقاء سطح عملکرد و کیفیت زندگی و تغییر در شیوه زندگی شامل محدودیت سدیم ، اجتناب از مصرف بی رویه مایعات ، الکل ، سیگار ، کاهش وزن و در صورت لزوم ورزش منظم می باشد.

درمان دارویی :

داروهای زیر به صورت ترکیبی و یا به تنهایی ممکن است مصرف شوند وازودیلاتورها ، بلوک کننده های انتخابی گیرنده های بتا ، دیورتیک درمانی ، بلوک کننده های کانال کلسیم ، داروهای ضد چربی خون

رژیم غذایی :

محدودیت مصرف نمک و پرهیز از مصرف غذاهای آماده ، غذاهای کنسرو شده سوسیس ، کالباس ، سس ها ، آبمیوه ، نوشابه ، دوغ آماده و ترشی ها ، توصیه به مصرف میوه و سبزی ، محدودیت مصرف مایعات روزانه تا دو لیتر

فعالیت های مجاز و غیر مجاز :

پیروی از یک برنامه منظم فعالیت روزانه ، اجتناب از حمل بار سنگین ، فعالیت شدید فیزیکی و ورزش ، شروع فعالیت به تدریج با بهبودی تنگی نفس ، بهتر است که در طول روز استراحت کافی داشته باشید.

مراقبت های حین بستری :

- انجام دادن آهسته فعالیت ها یا شروع فعالیت با کمک
- مصرف دیورتیک ها صبح زود تا خواب شبانه مختل نشود.
- کنترل جذب و دفع مایعات
- توزین روزانه
- محدودیت مصرف مایعات

- استفاده از اکسیژن به منظور کاهش عمل تنفس

کنترل علائم حیاتی به ویژه نبض قبل و حین و بلافاصله بعد از فعالیت

مراقبت های بعد از ترخیص:

مصرف داروها به صورت روزانه و دقیقاً طبق دستور تجویزی ، کنترل روزانه وزن در یک زمان و با همان لباس ، محدودیت دریافت سدیم ۲۰۰۰ الی ۳۰۰۰ میلی گرم ، شرکت در برنامه فعالیت روزانه ، افزایش تدریجی قدم زدن و سایر فعالیت ها به شرطی که باعث خستگی و تنگی نفس نشود ، خودداری از سرما و گرمای شدید به دلیل افزایش کار قلب ، اجتناب از مصرف الکل و تنباکو ، استفاده از روش های تن آرامی و موسیقی درمانی ، توصیه به ملاقات های منظم با پزشک و یا مراکز درمانی . و در صورت برخورد با هر کدام از موارد زیر مراجعه فوری به پزشک و یا مراکز درمانی .

افزایش وزن (۱/۴ - ۰/۹ کیلوگرم) در یک روز یا ۲/۳ کیلوگرم در طول هفته ، کاهش اشتها ، تنگی نفس در هنگام فعالیت ، تورم پا ، قوزک پا یا شکم ، سرفه های مقاوم ، خواب توأم با بیقراری ، افزایش تعداد بالشهای مورد نیاز در هنگام خواب

منبع :

- قلب وعروق وگردش خون برونر وسودارث ویراست پانزدهم ۲۰۲۲
- کتاب راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل ترجمه فاطمه علایی

بازنگری شده : زمستان ۱۴۰۲
بازنگری بعدی : زمستان ۱۴۰۳