

نارسایی قلب چگونه درمان می شود؟

استراحت و فعالیت منظم، مصرف کمتر نمک و غذاهای حاوی نمک، رعایت رژیم غذایی، مصرف منظم داروها و توجه به توصیه پزشکان

توصیه های در مورد فعالیت روزانه:

در مرحله شدید بیماری بهتر است در طول روز استراحت کافی داشته باشید و به تدریج با بهبود تنگی نفس فعالیت خود را شروع کنید. برای کاهش تنگی نفس در زمان استراحت قسمت بالایی سر را 20-30 درجه بالا بیاورید. این کار را میتوانید با قرار دادن چند بالش در زیر سر انجام دهید. فعالیت خود را روزانه از 10-15 دقیقه شروع و به 20-30 دقیقه برسانید. از استراحت طولانی در بستر یا فعالیت شدید اجتناب کنید. حمل بار سنگین، فعالیت شدید فیزیکی سنگین و فعالیت و ورزش های رقابتی مضر است. جهت کاهش ورم پاها در هنگام استراحت یا نشستن، از آویزان نگهداشتن پاها خودداری نمائید. از قرار گرفتن در هوای خیلی گرم و خیلی سرد خودداری کنید.

ابتلا به نارسایی قلبی به معنی ایستادن قلب از ضربان نمی باشد، بلکه به این مفهوم است که قلب شما به شکل موثری خون را پمپ نمی کند. قلب کار میکند اما نیاز بدن به خون و اکسیژن تامین نمی شود. نارسایی قلبی در صورت عدم درمان بدتر می شود. رعایت دستورات پزشک بسیار مهم است.

چه چیزی ممکن است 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 می شود، مایعات در بدن تجمع پیدا کنند، مایعات در ریه افزایش یابند که به آن احتقان ریوی گفته می شود، بدن خون، غذا و اکسیژن به اندازه کافی دریافت نکند.

علامت نارسایی قلب چه هستند؟

تنگی نفس به ویژه به هنگام دراز کشیدن، تورم در پاها بخصوص در مچ و ساق پا، اختلالات شناختی یا عدم توانایی تفکر صحیح، خستگی، احساس بی حالی، افزایش وزن بدن بدلیل احتباس مایعات، اضطراب، تعریق، بی قراری، پوست سرد و مرطوب

مراجعه کننده / همراه محترم :
این مطالب جهت افزایش اطلاعات شما تهیه شده است در صورت هرگونه سوال و پرسش و نیاز به راهنمایی بیشتر می توانید با شماره تلفن های
28-66783120- داخلی 275-276

274 بخش CCU در کلیه ساعات شبانه روز تماس بگیرید

نارسایی قلب

نارسایی قلب یکی از شایعترین علل مراجعه به بیمارستان در افراد بالای 65 سال میباشد. سالها طول می کشد تا نارسایی قلب ایجاد شود در نتیجه اگر شما هم اکنون مبتلا به آن نبوده اما در معرض خطر ابتلا به آن هستید باید از همین امروز تغییراتی را در شیوه زندگی خودتان جهت پیشگیری از آن انجام بدهید. علائم نارسایی قلبی در طول هفته ها و ماه ها متعاقب ضعیف تر شدن قلب و توانایی کمتر آن برای پمپ کردن خون بر اساس نیازهای بدن ایجاد می شوند. برخی از علل نارسایی قلب شامل: فشار خون، دیابت، سکته قلبی، بیماریهای دریچه ای و عضلات قلب و وجود نقص قلبی از زمان تولد است.

نارسایی قلبی

(جهت آموزش به بیمار / همراه)

تهیه کننده: ا. عدلی انزابی

ارویهشت 1392

میزان 0/9 کیلو گرم یا بیشتر در طی چند روز خود را گزارش کنید. از مصرف غذاهای حاوی نمک زیاد مثل گوشت های آماده ، غذاهای آماده ، سوسیس ، کالباس ، همبرگر ، سس ها ، ترشی ها و ادویه ها پرهیز کنید.

منبع:

واحد سیکری و آموزش بچگانی مرکز قلب تهران . 1392

مراقبت های پرستاری در بخشهای ویژه - دکتر مقدم

شما بهتر است چه رژیم داشته باشید؟

مصرف نمک را محدود کنید . هنگام طبخ غذا نمک به آن اضافه نشود و جهت خوش طعم کردن غذا از آبلیمو و گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید . بدون نسخه پزشک دارویی را استفاده نکنید چون آنتی اسید ها ، مسهل ها ، شربت های ضد سرفه و قرص های مسکن حاوی نمک فراوان هستند . وعده های غذایی را با حجم کم و در دفعات متعدد میل نمایید . با توجه به تجویز پزشک مصرف مایعات را رعایت کنید . مصرف مجاز روزانه یک لیتر تا حد اکثر دو لیتر در روز میباشد . برای رفع خشکی دهان میتوانید از آب نبات سفت و آدامس بدون قند استفاده کنید یا دهانتان را شستشو دهید . از مواد غذایی با نمک پایین مثل مرغ ، ماهی گوشت ، برنج ، سیب زمینی و ... استفاده کنید . مواد غذایی میتواند پخته یا کبابی ولی با چربی کم و بدون نمک باشد . سعی کنید از مواد غذایی متنوع و نزدیک به رژیم همیشگی خود استفاده کنید . مصرف میوه و سبزی تازه 3-5 وعده در روز توصیه می شود . هر روز صبح در یک ساعت معین خودتان را وزن کنید و ثبت کنید و هر گونه افزایش وزن ناگهانی به