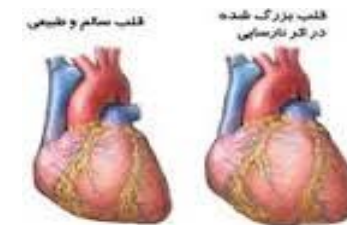


نارسایی قلب چیست؟

افراد بسیاری با نارسایی احتقانی قلب زندگی می کنند. نارسایی احتقانی قلب یکی از شایع ترین علل مراجعه به بیمارستانها در افراد ۶۵ سال و بزرگتر است. سالها طول می کشد تا نارسایی احتقانی 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 خود در جهت پیشگیری از آن انجام دهید. علائم نارسایی قلب در طول هفته ها و ماه ها متعاقب ضعیف تر شدن قلب و توانایی کمتر آن برای پمپ کردن خون متناسب با نیازهای بدن ایجاد می شوند. نارسایی قلب اغلب منجر به بزرگتر شدن قلب (بطن چپ) می شود.



آیا قلب شما ایستاده است؟

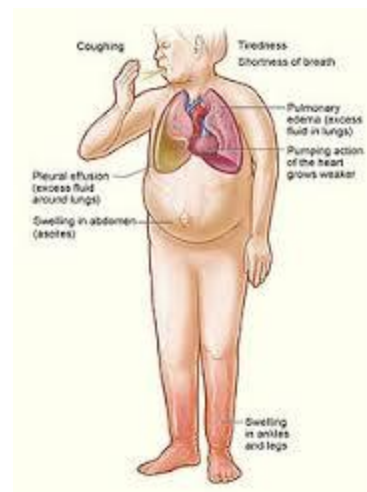
ابتلا به نارسایی قلبی به معنی ایستادن قلب از ضربان نیست، بلکه به این مفهوم است که قلب شما به شکل موثری، خون را پمپ نمی کند. قلب کار می کند اما نیاز بدن به خون و اکسیژن تامین نمی شود. نارسایی قلبی در صورت عدم درمان بدتر می شود. رعایت دستورات پزشک بسیار مهم است. اگر شما در شیوه زندگی خود ثبات تغییرات سالمی را انجام دهید، احساس بهتری داشته و از زندگی لذت بیشتری می برید.

چه چیز ممکن است رخ دهد؟

- قلب به اندازه کافی 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 جمع شوند که به آن ادم ریوی گفته می شود.
- سلول های بدن خون، غذا و اکسیژن به اندازه کافی دریافت نکند.

علائم نارسایی احتقانی قلب چیست؟

- تنگی نفس به ویژه به هنگام دراز کشیدن
- تورم پاها، مچ پا و ساق پا
- اختلالات شناختی یا عدم توانایی تفکر صحیح
- خستگی، احساس بی حالی
- افزایش وزن به دلیل جمع شدن مایع

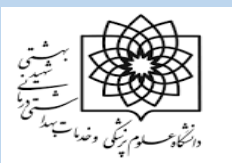


علل نارسایی احتقانی قلب چه هستند؟

- 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
- عفونت قلب و یا دریچه های قلب
- پرفشاری خون.
- بیماری دریچه ای قلب
- بیماری عضلات قلب

نارسایی احتقانی قلب چگونه درمان می شود؟

- استراحت
- مصرف کمتر نمک و غذاهای حاوی نمک
- استفاده بیشتر از میوه جات و سبزیجات تازه
- مصرف چاشنی های مثل آبلیموی تازه، فلفل سبز، ریحان و مرزه، سیر و پیاز به جای استفاده از نمک
- عدم استفاده از سوسیس، کالباس و غذاهای کنسروی
- محدود کردن مصرف مایعات
- 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 ادرار آور را بدهد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی شهید بهشتی

بیمارستان سوم شعبان دماوند

نارسایی قلب



بیمارستان سوم شعبان دماوند

ولید آموزش دفتر پرستاری

۱۳۹۵

رفرنس:

۱. پرستاری داخلی- جراحی قلب و عروق برونر و سودارث ۲۰۱۰
۲. مرکز تحقیقات قلب و عروق شهید رجایی

آدرس:

میلارد، جنب سینما پرستار دانشگاه آزاد دماوند

www.sdmc.sbmu.ac.ir

تلفن: ۳-۷۶۳۱۹۷۸۱

من چه کاری می توانم انجام دهم؟

- ✓ پیروی از دستورات پزشک
- ✓ مصرف داروها طبق دستور پزشک
- ✓ توزین روزانه خودتان جهت بررسی افزایش مایع
- ✓ مصرف رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر اندک نمک و چربی اشباع.