



منابع :

- درسنامه داخلی و جراحی برونر سودارث - ترجمه :ملاحت نیک روان مفرد و همکاران ۱۳۹۳
- راهنمای آموزشی مددجو برای مراقبت در منزل فاطمه اعلائی جامع نگر ۱۳۹۰
- پیشگیری از بیماری های قلب و عروق پوردست گران تهران ۱۳۹۴

۷) در هوای خیلی گرم و سرد قرار نگیرید و از پوشیدن لباس تنگ خودداری کنید.

۸) از مصرف الکل و سیگار خودداری نمایید.

۹) به علت عوارض شدید عفونتها ترجیحا هر سال علیه آنفلوانزا و پنومونی پنوموکوکی واکسینه کنید.

۱۰) از فعالیت بدنی شدید پرهیز کنید و متناسب با توانایی خود فعالیت نموده و در این زمینه با پزشک خود مشورت کنید.

۱۱) تعداد ضربان نبض را در یک دقیقه روزانه کنترل کنید.



علائم زیر را فوراً گزارش دهید :

- ۱) اضافه وزن به میزان ۱/۵ تا ۱ کیلوگرم در روز یا ۲/۵ کیلوگرم در هفته
- ۲) فقدان اشتها
- ۳) تنگی نفس زیاد
- ۴) تورم در پاها و قوزک
- ۵) سرفه مداوم
- ۶) ادرار مداوم در شب
- ۷) ضربان نبض بیش از صد یا کمتر از شصت در یک دقیقه را گزارش دهید .

درمان نارسایی قلبی چیست؟

با توجه به علت نارسایی درمان انجام میشود. برای تقویت عضله قلب پزشک داروهای تجویز مینماید مثل دیگوکسین و یا داروهای ادرار آور مثل لازیکس. برای بازتوانی قلب بعد از اندازه گیری عملکرد قلب طبق صلاحدید پزشک معالج تصمیم گیری میشود.

نکات خودمراقبتی در نارسایی قلبی

- ۱) پیروی از دستورات پزشک
- ۲) مصرف داروها طبق دستور پزشک
- ۳) توزین روزانه خودتان جهت بررسی افزایش مایع که صبح زود و قبل از صبحانه انجام شود.
- ۴) رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر اندک نمک و چربی اشباع در حجم کم و در فواصل کم مصرف شود
- ۵) برای مصرف استامینوفن با اجازه پزشک معالج بلامانع است از داروهای مسکن بدون دستور پزشک (ایبوبروفن-ناپروکسن و...) اجتناب کنید.
- ۶) در آرامش و به دور از استرس و اضطراب باشید چون افزایش ضربان قلب باعث افزایش کار قلب میشود.





۱۴۰۴

نارسایی قلبی چیست؟

وضعیتی است که در آن قلب توانایی پمپاژ خون به مقدار کافی برای بافتهای مختلف بدن را ندارد و کاهش شدید عملکرد قلب یعنی قدرت انقباض یا انبساط قلب کم شده و نمیتواند خون را به مقدار کافی پمپاژ کند. علایم نارسایی قلب در طول هفته ها و ماه ها متعاقب ضعیفتر شدن قلب و توانایی کمتر قلب برای پمپ کردن خون بر اساس نیازهای بدن ایجاد می شود و باعث بزرگ شدن قلب میشود.

علت نارسایی قلبی چیست؟

(۱) سکته قلبی : به علت آترواسکلروز (تصلب شریاین) شریانهای کرونری ، برخی از سلولهای عضله قلبی میمیرند یا قدرت انقباض خود را از دست میدهند و لذا توان انقباض قلب کم میشود.

(۲) فشارخون بالا : افرادی که فشار خون بالا دارند به مرور زمان قلب بزرگ میشود.

(۳) آسیب به عضله قلبی ناشی از حمله قلبی پیشین

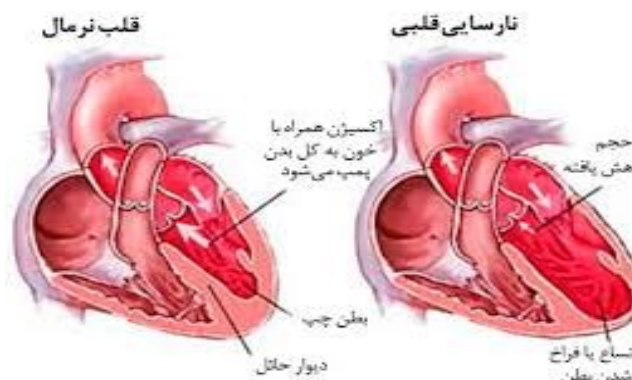
(۴) وجود نقص قلبی از زمان تولد

(۵) عفونت قلب و دریچه های قلب

(۶) بیماری دریچه ای و عضله قلب

(۷) اختلال ضربان قلبی (کندی یا تند ضربان قلب)

(۸) بیماری های داخلی (دیابت-کم خونی)



علائم نارسایی قلبی چیست؟

(۱) تنگی نفس به ویژه هنگام دراز کشیدن

(۲) تورم مچ و ساق پاها

(۳) اختلالات شناختی یا عدم توانایی تفکر صحیح

(۴) خستگی و احساس بی حالی و ضعف

(۵) افزایش وزن به دلیل جمع شدن مایع

(۶) بی اشتها و تهوع و استفراغ

(۷) سرفه های خشک یا مرطوب و خلط کف آلود صورتی

(۸) سیاه شدن لبها و ناخنها و پوست سرد و رنگ پریده



نارسایی قلبی چه اتفاقی می افتد؟

قلب به اندازه کافی خون پمپ نمیکند چون عضله آن

ضعیف است خون به سیاهرگ ها بر میگردد و مایعات در بدن تجمع پیدا میکنند و مایعات در ریه ها افزایش میابد و دچار تنگی نفس میشود و نمیتواند دراز بکشد. به محض دراز کشیدن دچار تنگی نفس میشود و اندام ها، غذا و اکسیژن به اندازه کافی دریافت نمی کنند.