

در نارسایی قلبی سمت راست ، خون به سمت دهلیز راست و سیاهرگ ها بازگردانده می شود و علائم زیر را داریم :

*ورم اندام تحتانی و محیطی و افزایش

مایع میان بافتی

*اتساع سیاهرگ های گردن

*شب ادراری

*خستگی

*اتساع شکم و مشکلات کبدی

*افزایش وزن

*بی اشتهاپی و تهوع

در نارسایی سمت چپ خون به سمت ریه

باز می گردد و علائم زیر را داریم :

* تنگی نفس

*سرفه های مکرروناموثر

*تنگی نفس هنگام خواب

*کبودی و رنگ پریدگی

*اضطراب و بی قراری

*کاهش عملکرد قلب



رژیم غذایی:

*پرهیز از رژیم غذایی پر سدیم مانند فست فود ، چیپس ، پفک ، غذاهای کنسروی ، انواع سس ، پنیر ، رب گوجه فرنگی و... (برای خوش طعم کردن غذا می توان از آب لیمو ، پودر سیر ، زنجبیل ، فلفل فرنگی و مرکبات استفاده کرد.) *محدودیت مصرف غذاهای پر کلسترول و چرب مانند کله پاچه ، جگر ، دل ، قلوه ، زرده تخم مرغ و... *مصرف لبنیات کم چرب *محدودیت مصرف غذاهای سرخ شده و مصرف مایعات *رژیم غذایی پر پتاسیم و منیزیم مانند موز ، انجیر ، کشمش، زرد الوی خشک، هلو، کدو، گرمک ، طالبی ، ماهی ، سویا ، آلو بخارا ، برنج قهوه ای ، اسفناج ، هندوانه و.. *محدودیت مصرف مواد غذایی حاوی کافئین ، سیگار و الکل *توزین روزانه در یک ساعت مشخص و با یک ترازو و در صورت افزایش وزن بین ۱/۵-۱ کیلوگرم در طی چند روز اطلاع به پزشک

فعالیت:

*استراحت کافی در طول روز و قبل و بعد از فعالیت داشته باشید *اگر در طول فعالیت دچار کوتاهی تنفس ، درد و گیجی شدید شدید فعالیت خود را متوقف کنید *برای بهتر شدن بیماری خود فعالیت خود را به آهستگی شروع کنید و به تدریج آن را افزایش دهید *از انجام دادن فعالیت های سخت و طاقت فرسا به علت وارد کردن فشار بیش از حد به قلب بپرهیزید مانند: بلند کردن چیزهای سنگین، قدم زدن و راه رفتن طولانی مدت، حمل چمدان های سنگین، پارو کردن برف، تعویض لاستیک اتومبیل، چمن زنی و.. *پرهیز از فعالیت در فضای باز ، هوای خیلی سرد یا گرم و شرجی *بررسی کنید در چه ساعتی از روز انرژی بیشتری دارید و فعالیت های مهم را در آن ساعت برنامه ریزی کنید *در صورت امکان ساعات کاری خود را کم کنید *از قرار گرفتن در محیط های پر استرس و بحران عاطفی خودداری کنید.

داروها:

*مصرف منظم داروها و اجتناب از قطع سرخود داروها
*همیشه بیماران قلبی نیتروگلیسرین زیرزبانی همراه داشته باشند و در صورت بروز مشکل قلبی زیرزبانی استفاده شود
*در مورد داروی دیگوکسین دوز دارویی و دوز سمی آن خیلی نزدیک به هم است
*کسانیکه تحت درمان با قرص دیگوکسین هستند، هرگز نباید سرخود داروی بدون نسخه یا داروی گیاهی مصرف نمایند .
*سعی کنید دارو را ساعت مشخصی از روز مصرف کنید
*اگر یک نوبت را فراموش کردید به محض یادآوری، مقدار فراموش شده را مصرف کنید- ولی اگر زمان وعده ی بعدی نزدیک است دارو را دو برابر نکنید و همان مقدار قبلی را مصرف کنید .
*در طول درمان، باید به مواردی مانند افزایش غیر طبیعی وزن و ورم کردن دست و پاها یا صورت توجه داشته باشید و در صورت مواجهه، به پزشک اطلاع دهید است .
در صورتی که داروی دیگوکسین مصرف می کنید:
به خاطر داشته باشید که مصرف همزمان دیگوکسین با برخی از مواد غذایی پرفیبر مانند: سبزیجات خام ، میوه ها، سیوس، داروهای آنتی اسید، داروهای ملین ها باعث کاهش جذب دیگوکسین می شود ،بنابراین از مصرف همزمان آنها خودداری کنید.
در صورت مصرف داروهای ادرار آور:
این داروها را در ابتدای صبح مصرف کنید و وزن و فشار خون خود را چک نمایید
عوارض این داروها از جمله : گیجی ،نبض نامنظم ،شلی عضلانی، کرختی و مورمور شدن دست و پا،اسهال،تهوع و دردشکمی، خشکی دهان، تشنگی زیاد، تب ،ضعف و خستگی را در نظر داشته باشید.
بصورت دوره ای جهت اندازه گیری سدیم و پتاسیم خون به پزشک مراجعه کرده و آزمایش انجام دهید.



بیمارستان شهید محمد منتظری

نارسایی قلبی چیست؟



تاریخ تدوین: ۱۴۰۱/۱۰/۲۷

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۰۳

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۰۳

کد: MH.BR.PE.CCU.۱۴۳

واحد آموزش به بیمار

در صورت داشتن علائم ذیل به پزشک مراجعه نمایید

*درد قفسه سینه و اشکال در تنفس

*بی‌اشتهایی

*بیروزی تنگی نفس در هنگام فعالیت‌های سبک

*سرفه مداوم

*دفع مکرر شبانه ادرار

*بیروزی ورم ناگهانی در اطراف مچ یا اطراف گردن و شکم



این بیماری به علت عدم توانایی قلب در پمپاژ خون برای رفع نیازهای بافت‌ها به اکسیژن و مواد مغذی به وجود می‌آید.

در حالت طبیعی خون حاوی کربن دی‌اکسید از طریق سیاهرگ‌ها به سمت دهلیز راست برگشته و با انقباض آن وارد بطن راست می‌شود و بطن راست خون را برای تبادل اکسیژن به سمت ریه پمپاژ می‌کند، خون تصفیه شده از سمت ریه به سمت دهلیز چپ و در نهایت بطن چپ می‌رود و با انقباض بطن چپ خون اکسیژن‌دار به سمت اندام‌ها می‌رود.

* هر دارویی در کنار اثرات درمانی ممکن است عوارضی هم داشته باشد شما باید این عوارض را بشناسید تا در صورت بروز آن، هرچه سریعتر به پزشک مراجعه نمایید: * کاهش اشتها * تهوع و استفراغ * اسهال و درد قسمت تحتانی معده * توهم * سردرد، سرگیجه، خواب‌آلودگی و افسردگی - بیحسی و کرختی اندامها و خستگی * افت فشارخون * تاری دید، دو بینی و پیدایش دید زرد * راش پوستی و کهیر.



به منظور تنفس بهتر:

*پوزیشن نیمه نشسته هنگام خواب و افزایش تعداد بالشت‌های زیر سر

*در صورتی که در حالت درازکش دچار تنگی نفس شدید لب تخت نشسته و پاهای خود را آویزان کرد

*پوزیشن ارتوپنه: در حالت نشسته چند بالشت جلوی خود قرار داده و دست و سر خود را روی بالشت قرار دهید

