

آموزش به بیمار
HE.168.01
تاریخ آخرین
بازبینی:
1401/07/19



نارسای احتقانی قلب (مخاطب پرستار)



شماره تلفن بیمارستان:
۰۱۱-۵۵۲۲۲۰۳۱-۵
شماره داخلی بخش سی سی یو:
۳۶۵

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. betterhealth

*اجتناب از انجام فعالیت های جسمی در هوای بسیار گرم ، سرد یا مرطوب

*مصرف غذا در حجم کم و دفعات زیاد

*پرهیز از مصرف غذاهای شور ، کنسروی (برچسب مواد غذایی حاوی سدیم)

* پرهیز از اضافه کردن نمک به غذا در هنگام پخت

* پرهیز از استعمال سیگار و الکل

* پرهیز از مصرف کافئین زیاد (چای، قهوه...)

* مصرف غذا در حجم کم و دفعات زیاد

* تغییر وضعیت به آهستگی و به آرامی

* خودداری از مصرف داروهای بدون نسخه نظیر ضد

اسید ها ، شربت سرفه ، مسهل ها و آرام بخش ها به دلیل داشتن مقادیر بالای سدیم یا پتاسیم

*واکسیناسیون علیه پنومونی و آنفولانزا پس از تایید

پزشک معالج

*پیگیری درمان و مراجعه منظم به پزشک معالج و

مصرف دارو ها طبق دستور

درمان های نارسایی قلبی:

- بر طرف کردن و کنترل عوامل خطر ساز بیماری
- درمان های دارویی (دارو های ادرار آور و افزایشنده قدرت انقباضی قلب)
- پیوند قلب
- پیوند سلول های بنیادی

آموزش نکات مراقبت از خود در منزل:

*مصرف دارو های خوراکی ادرار در صبح جهت ممانعت از خواب شب

*توزین روزانه صبح ها بعد از تخلیه مثانه و اطلاع تغییرات قابل توجه در وزن (افزایش ۱- ۱,۵ کیلوگرم در روز)

*کاهش اضطراب (از طریق آرام صحبت کردن، خواب و استراحت کافی در طول روز)

*بالا تر بودن سر تخت بیمار ۳۰-۲۰ سانتیمتر هنگام استراحت

*تغییر وضعیت مکرر ، استفاده از باندهای کشی الاستیک ، تمرینات پا در نواحی دارای ادم پوستی جهت پیشگیری از خطر صدمه پوستی

*داشتن فعالیت بدنی ۳۰ دقیقه ای ۴-۳ بار در هفته

تعریف نارسایی قلب:

وضعیتی است که در آن عضله قلب ضعیف شده و نمی تواند مانند معمول خون را پمپاژ کند. در این عارضه محفظه های اصلی پمپاژ قلب (بطن ها) به درستی عمل نمی کنند و این باعث احتباس مایعات ، به ویژه در ریه ها ، پاها و شکم می شود.

عوامل خطر ساز نارسایی قلبی:

- فشار خون بالا
- بیماری های دریچه قلب
- بیماری مادرزادی قلب
- بزرگ شدن عضله قلب با علت نامشخص
- التهاب عضله قلب (ویروس ها یا سایر عفونت ها)
- ضربان قلب سریع با بی نظم (برای مدت زمان طولانی)
- اختلال در عملکرد تیروئید
- مصرف الکل و مواد مخدر
- دیابت
- رژیم غذایی نادرست
- افراد ۶۵ سال یا بیشتر
- داشتن اضافه وزن
- بیماری های عروق قلب و سکتة قلبی

انواع نارسایی قلبی:

نارسایی شامل نارسایی راست قلب و نارسایی سمت چپ قلب می باشد.

علائم نارسایی سمت چپ قلب :

به علت عدم توانایی پمپ خون از بطن چپ به آئورت و گردش خون ایجاد می شود و باعث احتقان و پرخونی ریه می گردد .

- تنگی نفس کوششی (تنگی نفسی که با تلاش و فعالیت رخ می دهد).
- اشکال در تنفس در وضعیت طاقباز
- تنگی نفس حمله ای شبانه
- کاهش حجم ادرار به علت کاهش خونرسانی کلیه
- سرفه
- شب ادراری (خونرسانی کلیه در زمان خواب به علت کاهش بار کاری قلب
- خستگی

علائم نارسایی سمت راست قلب:

عدم توانایی پمپ خون از بطن راست باعث می شود تا قلب نتواند تمام خون برگشتی از گردش خون

وریدی را دریافت نماید که نتیجه آن احتقان احشا و

بافت های محیطی است.

- تورم پاها
- افزایش وزن
- بزرگی کبد
- بی اشتها
- تهوع
- شب ادراری
- ضعف
- تجمع مایع در حفره شکم
-

اگر هریک از علائم ذکر شده به طور ناگهانی بدتر شوند و یا علائم و نشانه های جدیدی در شما ایجاد کنند، سریعا با پزشک خود تماس بگیرید و یا سریعا به مرکز درمانی مراجعه نمایید.

در موارد حاد و اورژانسی با ۱۱۵ جهت کمک به شما تا ایدار وضعیت و انتقال هر چه سریعتر به مرکز درمانی تماس بگیرید.