



CHF یا نارسایی احتقانی قلب



تهیه و تنظیم:

اداره پرستاری دانشکده علوم پزشکی مراغه

زمستان ۱۴۰۱

رژیم غذایی در بیماران نارسایی قلبی:

- ❖ پرهیز کامل از روغنهای اشباع (روغن جامد و دنبه حیوانی) و غذاهای پر کلسترول مانند کله پاچه، مغز، جگر، دل و قلوه و...
- ❖ محدود کردن نمک
- ❖ محدودیت مایعات رژیم غذایی
- ❖ پرهیز از مصرف الکل
- ❖ ورزش و بازتوانی قلب از موارد بسیار کمک کننده در درمان می باشد.
- ❖ کنترل وزن
- ❖ عدم مصرف سیگار و دخانیات
- ❖ سعی کنید از استرس های خود بکاهید.

در صورت بروز هر یک از علایم زیر به پزشک مراجعه کنید:

- ❖ تشدید تنگی نفس ناگهانی
- ❖ تنگی نفس در هنگام دراز کشیدن
- ❖ کاهش اشتها
- ❖ تورم پا
- ❖ تورم شکم یا احساس پری در شکم
- ❖ سرفه و خس خس سینه به صورت مزمن
- ❖ افزایش وزن ناگهانی
- ❖ ضربان قلب سریع یا نامنظم

شایعترین عوامل تشدید کننده حاد یک نارسایی قلبی تحت درمان چیست؟

- عدم رعایت رژیم غذایی مثل افزایش دریافت نمک یا مصرف مایعات
- عدم همکاری بیمار در مصرف منظم داروهای مربوط به نارسایی قلبی
- ایجاد یا تشدید بیماری عروق قلبی یا سکتة قلبی
- تشدید پرفشاری خون
- نا منظمی های ضربان قلب
- عفونت ها

درمانهایی برای نارسایی قلبی

بخش مهمی از درمان شامل بهبود عوامل ایجاد کننده نارسایی قلب است مانند:

➤ کاهش فشارخون و اصلاح مشکلات ساختاری قلب

➤ درمان دارویی

داروها:

- (۱) دیورتیکها-مدرها مانند: فروزماید، هیدروکلرتیازید، بتابلاکرها مانند: کارودیلول، متوپرولول سوکسینات، بیزوپرولول
- (۲) مهارکننده های سیستم رنین-آنژیوتانسین مانند) لوزارتان، والزارتان، لیزینوپریل، انالاپرین، کاپتوپریل)
- (۳) مهارکننده های آلدوسترون مانند: اسپیرونولاکتون و اپلرنون

همچنین تغییر روش زندگی در درمان

بسیار اهمیت دارد.

علت نارسایی قلبی چیست؟

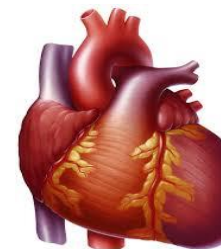
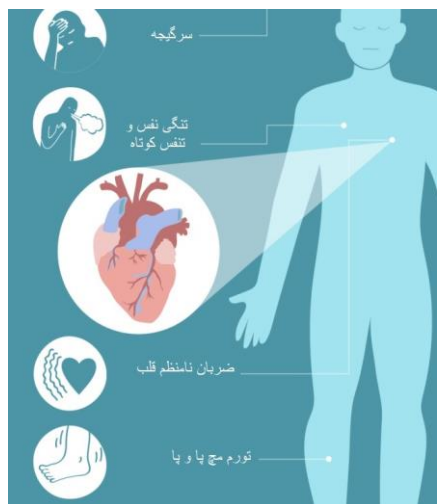
خطر نارسایی قلبی با افزایش سن تغییری نمی کند، اما در سنین بالاتر احتمال ابتلا به نارسایی قلبی بیشتر است. بسیاری از بیماری های که به عضله ی قلب آسیب می رسانند، می توانند باعث نارسایی قلبی شوند. بعضی از متداول ترین این بیماری ها عبارتند از:

- بیماری عروق کرونری
- حمله ی قلبی
- کاردیومیوپاتی (التهاب عضله ی قلب)
- مشکلات قلبی در بدو تولد (بیماری مادرزادی قلبی)
- دیابت
- فشار خون بالا (هایپرتنسیون)
- آریتمی (ریتم غیر طبیعی قلب، مانند فیبریلاسیون دهلیزی)
- بیماری کلیوی
- چاقی
- مصرف دخانیات و مصرف تفریحی مواد مخدر
- داروها؛ بعضی از داروهای مورد استفاده برای مبارزه با سرطان (شیمی درمانی) می توانند منجر به نارسایی قلبی شوند

علائم نارسایی قلبی چیست؟

علائم نارسایی قلبی عبارتند از:

- تنگی نفس
- احساس خستگی و فرسودگی و ضعف پا هنگام فعالیت داشتن
- متورم شدن شکم، مچ و ساق پا
- افزایش وزن
- نیاز به ادرار کردن هنگام استراحت در شب
- ضربان قلب سریع یا نامنظم (تپش قلب)
- سرفه ی خشک و سخت
- معده ی پر یا سفت (نفخ کرده)، از دست دادن اشتها یا ناراحتی معده (با حالت تهوع).



نارسایی قلبی؟

نارسایی قلبی به معنای بی کفایتی قلب در پمپ کردن خون است.

علائم نارسایی قلبی در طول هفته ها و ماهها متعاقب ضعیف تر شدن قلب و توانای کمتر آن برای پمپ کردن خون بر اساس نیازهای بدن ایجاد می شود و در ۵۰٪ موارد منجر به بزرگ شدن قلب می شود.

نارسایی قلبی دو نوع است:

- ۱- نارسایی سیستولیک
- ۲- نارسایی دیاستولیک

