

روشهای تشخیصی :

- ✓ گرفتن نوار قلب
- ✓ اکوکاردیوگرافی
- ✓ عکس برداری از قلب و ریه ها
- ✓ اسکن قلب

درمان :

❖ داروها

داروهای مصرفی برای بیماران مبتلا به نارسایی قلبی شامل موارد زیر می باشد :

- داروهای ادرار آور (دیورتیک ها) برای کاهش ادم یا ورم
 - داروی دیجوکسین برای تقویت و تنظیم ضربان قلب
 - داروهای ضد بی نظمی ضربان قلب برای منظم کردن ضربان قلب
 - داروهای گشاد کننده عروق برای کاهش فشار خون
- *داروهای خود را طبق دستور پزشک به موقع مصرف کنید واز قطع خودسرانه دارو بپرهیزید.

• عوامل افزایش دهنده خطر نارسایی قلبی

- ✓ دیابت
- ✓ سیگار کشیدن
- ✓ الکل
- ✓ چاقی
- ✓ رژیم غذایی پرچرب و پر نمک
- ✓ وجود یک عامل خطر ساز به تنهایی کافی است تا نارسایی قلب ایجاد شود، اما ترکیب این عوامل به شدت خطر را افزایش می دهند.

• علائم بالینی

- ✓ تنگی نفس که ممکن است با فعالیت کم یا متوسط یا حتی در هنگام استراحت رخ دهد
- ✓ تورم پاها، مچ پا و ساق پا
- ✓ خستگی و احساس بی حالی و ضعف و عدم تحمل فعالیت
- ✓ افزایش وزن بدن در نتیجه تجمع مایع در بدن
- ✓ اختلالات شناختی و عدم توانایی تفکر صحیح
- ✓ بی اشتها و تهوع
- ✓ کاهش مقدار ادرار
- ✓ پوست سرد
- ✓ اتساع وریدهای گردنی

نارسایی قلب به ناتوانی ماهیچه قلب در پمپاژ خون گفته می شود که در نتیجه آن ، به اعضاء بدن اکسیژن و مواد غذایی کافی نمی رسد . این وضعیت سبب تنگی نفس، تورم اندام ها ، خونرسانی ضعیف اندامها ، احتباس خون در عروق محیطی، ادم ریه، اتساع رگ گردن و تجمع خون در کبد می شود .

تجمع غیر طبیعی آب و سدیم در بدن باعث می شود بعد از مدتی قلب برای جبران ضعف خود کم کم بزرگ شده و تعداد ضربان بالایی رود . بیماری نارسایی قلبی معمولا بتدریج شروع شده و پیشرفت می کند .

علت نارسایی احتقانی قلبی

- ✓ سکتة قلبی
- ✓ بیماری های دریچه ای قلب
- ✓ فشار خون بالا
- ✓ تجمع مایع دور قلب
- ✓ نامنظمی های ضربان قلب
- ✓ پرکاری تیروئید
- ✓ بیماری های مادر زادی قلب



نارسایی احتقانی قلب



www.shlenjan.mui.ac.ir

تماس شماره: 03152237326

واحد آموزش به بیمار 2209

کد پمفلت: Sh.L/EP/032/A C

بازنگری بهار 1403

وتنگی نفس نشود و بین فعالیت دوره های استراحت داشته باشید .

اگر نشانه های بیماری شدید باشند استراحت توصیه می شود در غیر اینصورت با نظر پزشک ورزشهای منظم را انجام دهید.

هر گز فعالیتهای سنگین را پشت سر هم انجام ندهید و در بین فعالیت ها استراحت کافی داشته باشید .

از تماس با افرادی که مبتلا به بیماری عفونی هستند جلوگیری شود .
از مصرف داروهای حاوی بیکربنات سدیم نظیر داروهای سر درد و سوزش معده بدون مشورت با پزشک اجتناب کنید .

اگر مبتلا به نارسایی احتقانی قلب هستید با مشاهده علائم زیر سریعاً به پزشک مراجعه کنید:

* درد شدید قفسه سینه * کاهش ناگهانی ادرار ، * خستگی و بی حالی * تنگی نفس و سرفه خلط * تنگی نفس هنگام خواب *

❖ تغییر در روش زندگی شامل موارد زیر می باشد:

- ✓ عدم استعمال دخانیات و الکل
- ✓ کنترل فشارخون ، چربی خون و دیابت
- ✓ دوری از بحرانهای عاطفی ، استرس و عصبانیت
- ✓ محدودیت مصرف مایعات
- ✓ رژیم غذایی کم نمک و کم چربی
- از غذاهای آماده و کنسرو شده استفاده نکنید .
- در هنگام طبخ غذا نمک اضافه نکنید
- غذا را در حجم کم و در تعداد وعده های بیشتر استفاده کنید .
- جهت پیشگیری از یبوست به مقدار کافی از غذاهای حاوی فیبر مثل میوه و سبزیجات استفاده کنید .

❖ فعالیت بدنی و ورزش منظم داشته باشید
فعالیت بدنی طوری باشد که باعث خستگی