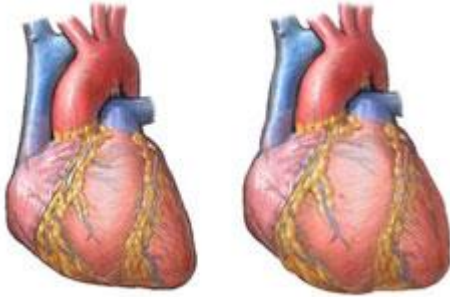


قلب سالم و طبیعی قلب بزرگ شده
در اثر نارسایی



نارسایی احتقانی قلب

(CHF)

کد: ED-PM-049-01	
تاریخ انتشار	۹۳/۱۰/۲۰
تاریخ بازنگری	۹۴/۱۰/۲۰
منابع	دکتر اعظم‌السادات هاشمی- دکتر حبیب‌اله سعادت (دانشگاه شهید بهشتی) کتاب قلب و عروق- هاریسون
تایید پزشکان	آقای دکتر فتوحی و خانم دکتر سیاح



قزوین ، خیابان فردوسی ، بالاتر از چهارراه فردوسی ، جنب مرکز دیالیز

تلفن: ۷۰-۳۳۳۳۶۵۱۶۰

وب سایت: www.mehreganhospital.ir

پست الکترونیکی: mehreganhospital@iran.ir

:

چگونه نارسایی احتقانی قلب درمان می شود؟

بدرمان صحیح و تنظیم بعضی از شیوه های زندگی روزانه معمولاً بیماران احساس بهبودی فراوانی می کنند. درمان باید: خستگی را کاهش دهد- تنگی نفس وورم را کم کند- سطح انرژی بهتری حفظ گردد. و توانایی فعالیت بیشتر شود. -از پیشرفت بیماری جلوگیری کند یا سرعت آنرا کاهش دهد- امکان افزایش طول عمر و راحتی بیشتر بیماران را فراهم کند.

اولین گام: محدود کردن مصرف نمک- نگهداری پتاسیم و منیزیم خون در حد نرمال- و کنترل وزن است.

نمک را از روی میز غذا بردارید- از چاشنی های کم نمک استفاده کنید- سبزی تازه و سایر غذاهای کم نمک را جایگزین کنسرو و غذاهای پیش آماده کنید- برچسب روی غذاها را بخوانید تا مقدار نمک آنرا بدانید- از مصرف داروهایی که برای سردرد یا سوزش معده استفاده می کنید و حاوی بیکربنات سدیم یا کربنات سدیم هستند مصرف نکنید.

گام دوم: هرروز صبح خودتان را وزن کنید. در صورت افزایش وزن پزشکتان را در جریان بگذارید زیرا جمع شدن آب در بدن باعث بالا رفتن وزن می شود.

گام سوم: داروهایی که توسط پزشک تجویز شده با دقت و طبق دستور مصرف کنید اصولاً پزشکان قرص ادرار اور برای شما تجویز می کنند تا آب و نمک اضافی بدن را دفع کند بنابراین شما باید از موادی که پتاسیم دارند با مشورت پزشک مصرف نمایند تا سطح پتاسیم خون شما پایین تر از حد عادی نشود توصیه می شود از میوه هایی مثل موز، گرمک، پرتقال، گریب فروت، سیب زمینی و سبزی ها استفاده نمایید.

روش دیگر درمان هم جراحی قلب است.

نارسایی احتقانی قلب

قلب به عنوان تلمبه‌ای عمل می‌کند که خون را در بدن خون باید به طور متوسط در هر ۱۰ ثانیه یک بار بدن را به طور کامل دور بزند و اگر دقیقاً به این وظیفه را به خوبی انجام دهد نارسایی قلبی به وجود می‌آید. شایعترین عوامل ایجاد کننده نارسایی قلبی، بیماریهای عروقی قلب (مانند سکته قلبی) و فشار خون بالاست. ممکن است فردی به فشار خون بالا مبتلا باشد اما هیچگونه علامتی نداشته باشد، خیلی از افراد اولین بار با عوارض ناشی از پرفشاری خون (مثل همین آب آوردن ریه) به پزشک مراجعه می‌کنند و عده‌ای نیز به طور اتفاقی متوجه فشار خون بالا می‌شوند.

به هر حال یکی از مهمترین عوارض فشارخون، نارسایی قلبی است و وقتی هم که نارسایی قلبی پیشرفت کند، مایع در ریه‌ها جمع می‌شود و عوام «می‌گویند» ریه‌اش آب آورده

چه عواملی باعث نارسایی احتقانی قلب می

شود؟

تنگی سرخرگ-حمله قدیمی قلبی-افزایش فشارخون- بیماری دریچه ای قلب-بیماری اولیه ماهیچه ای قلب- نواقص داخل قلب-عفونت دریچه ای قلب



بعضی از عوامل که نارسایی قلب را تشدید

می‌کنند عبارتند از:

۱- درمان نامناسب و ناکافی فشار خون: بیماران

فشار خونی و بسیاری از بیماران قلبی باید بدانند که لازم است تا آخر عمر به طور مرتب دارو مصرف کنند، اکثر بیماران پس از چندی از درمان، به گمان اینکه دیگر بهبود یافته‌اند، درمان را قطع می‌کنند و این خود عاملی برای تشدید علائم به شمار می‌رود.

۲- عفونتها: بسیاری از بیماران قلبی، با خوردن

دارو، رعایت رژیم غذایی و سایر نکات لازم، تحت کنترلند، اما با یک سرماخوردگی یا مسمومیت غذایی ساده، وارد فاز حاد بیماری می‌شوند که می‌تواند حتی کشنده باشد، بنابراین باید با رعایت نکات بهداشتی با بیماری جنگید.

۳- بیماریهای ریوی: ممکن است فرد آسم داشته

باشد و از طرفی یک نارسایی قلبی جبران شده نیز داشته باشد، با تشدید علائم آسم، علائم نارسایی نیز بروز خواهد کرد.

۴- فشار روحی، فیزیکی و تغییرات جوی: ضعف

و خستگی، بحران‌های روحی - روانی و هوای گرم و مرطوب از دیگر علل شایع نارسایی قلبی به شمار می‌روند.

۵- نارسایی کلیوی: به دنبال نارسایی کلیه، تجمع

مایع در بدن را داریم و این مسئله حجم کار قلب را زیاد می‌کند قلبی که نارسا باشد، توان جابجایی این حجم مایع را ندارد و علائم نارسایی قلبی تشدید می‌شود.

علائم نارسایی قلبی

شایعترین و اولین علامت نارسایی قلبی، تنگی نفس است که بر حسب شدت به ترتیب به صورت تنگی نفس فعالیتی، تنگی نفس در حالت درازکش، تنگی نفس حمله‌ای شبانه و بالاخره شدیدترین حالت همان آب آوردن ریه‌ها می‌باشد.

نکته دیگر این که وقتی مایع در بدن جمع می‌شود، خود را به صورت افزایش وزن و ورم نشان می‌دهد. یعنی در طول روز که شخص در حالت ایستاده است در پاها و در صورت بی‌حرکتی طولانی مدت در ساکروم (انتهای ستون فقرات) به وجود می‌آید

ضعف و خستگی هم به دنبال کارهای روزمره در این بیماران دیده می‌شود همان‌طور که مشکلات گوارشی، به صورت بی‌اشتهایی، سوء هضم، یبوست، گاهی دیده می‌شود

اگر دچار هر یک از علائم بالینی زیر شدید، بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید:

• تنگی نفس، به خصوص هنگام دراز کشیدن و در حین فعالیت.

• بیدار شدن از خواب به علت تنگی نفس.

• خستگی نامعمول یا خواب آلودگی.

• سرفه در هنگام فعالیت و یا دراز کشیدن.

• خلط صورتی رنگ. • ورم شکمی.

• ادم و ورم در ساق‌ها و مچ پاها. • تپش قلب.

• از دست دادن اشتها و یا احساس عدم هضم غذا.

• ورم ناگهانی، افزایش وزن ناشی از احتباس مایعات.