



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی
یارستان خاتم الانبیاء شیروان

پمفلت آموزشی نارسایی قلبی



بخش CCU
اردیبهشت ۱۴۰۳

۳- از مصرف همزمان دیگوکسین با ملین ها و سبزیجات خام ، میوه ها و سبوس پرهیز کنید زیرا باعث کاهش جذب دیگوکسین می شوند .

مصرف داروهای ادرار آور :

۱- این داروها را در ابتدای صبح مصرف کنید .

۲- وزن و فشار خود را روزانه کنترل کنید .

۳- عوارض این داروها از قبیل : گیجی ، نبض نامنظم ، شلی عضلانی ، کرختی و مور مور شدن دست و پاها ، اسهال ، تهوع و درد شکمی ، خشکی دهان ، تشنگی زیاد ، تب و ضعف و خستگی را در نظر داشته باشید.

۴- به صورت دوره ای جهت اندازه گیری سدیم و پتاسیم خود به پزشک مراجعه کنید.

توصیه های خود مراقبتی :

۱- پیروی از دستورات پزشک

۲- مصرف داروها طبق دستور پزشک

۳- توزین روزانه خودتان جهت بررسی افزایش مایع

۴- مصرف رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر اندک نمک و چربی اشباع

۵- توصیه می شود جهت جلوگیری از عفونت های تنفسی از رفتن به مراکز آلوده جلوگیری کنید.

۶- اول پاییز جهت پیشگیری از آنفلوانزا به پزشک خود مراجعه کرده و واکسن بزنید.

منبع: برونر سودارت

برچسب مواد غذایی ، نوشیدنی ها و غذاهای آماده را از نظر میزان سدیم کنترل کنید. همچنین داروهایی مانند آنتی اسیدها (شربت های معده) ملین ها ، شربت ضد سرفه و قرص های مسکن ممکن است حاوی سدیم فراوان باشند . بنابراین بدون نسخه پزشک از هیچ دارویی استفاده نکنید .

ممکن است نیاز به محدود کردن مایعات به کمتر از ۱/۵ لیتر در روز باشد برای رفع خشکی دهانتان می توانید از آب نبات سفت و آدامس استفاده کنید و یا دهانتان را شستشو دهید.

جهت بررسی حجم مایعات بدنتان هر روز صبح در یک ساعت مشخص پس از تخلیه مثانه وزن خود را کنترل و یادداشت نمایید . بسته به نوع داروی ادرار آور که استفاده می کنید ممکن است یک رژیم غذایی با پتاسیم کم یا زیاد به شما توصیه شود. مواد غذایی با پتاسیم بالا عبارتند از : موز ، مرکبات ، سبزیجات برگدار سبز ، گوجه فرنگی ، خرما ، زرد آلو ، هلو ، انجیر و غذاهای دریایی.

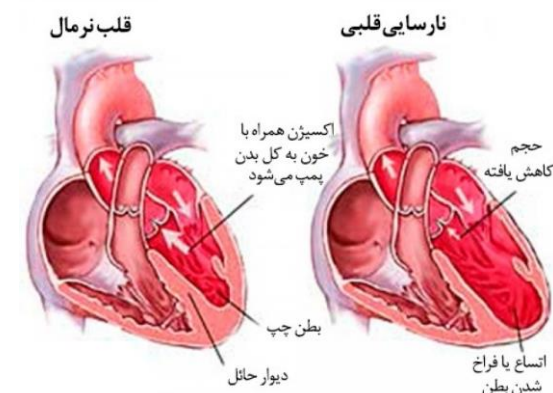
مصرف داروهای قلبی :

دیگوکسین :

۱- حتما قبل از مصرف نبض خود را کنترل کنید و در صورت کمتر از ۶۰ به پزشک خود اطلاع دهید .

۲- حتما به علائم مسمومیت با دیگوکسین دقت کنید : بی اشتهايي ، گیجی ، تهوع و استفراغ ، خستگی و اختلالات بینایی

نارسایی قلبی



نارسایی قلبی چیست ؟

نارسایی قلبی به دلیل عدم توانایی قلب در پمپاژ کافی خون برای رفع نیاز بافتها به اکسیژن و مواد مغذی ایجاد می شود .

علائم و نشانه ها :

تنگی نفس به هنگام دراز کشیدن و تنگی نفس حمله ای شبانه ، سرفه خشک یا مرطوب ، وجود خلط کف آلود یا صورتی رنگ ، خستگی ، اضطراب ، تعریق ، بی قراری ، سیاه شدن لبها و ناخنها ، پوست سرد و رنگ پریده ، ورم پاها و دستها ، بی اشتتهایی و تهوع و استفراغ ، ضعف و شب ادراری و افزایش وزن به دلیل تجمع مایع در بدن از علائم نارسایی قلبی می باشد.

علائم نارسایی قلبی



علت نارسایی قلبی :

- ۱- عدم اجازه به جریان خون کافی از قلب ناشی از انسداد سرخرگها
- ۲- آسیب به عضله قلبی
- ۳- وجود نقص قلبی مادر زادی
- ۴- عفونت قلب یا دریچه قلب
- ۵- فشار خون بالا

درمان :

درمان نارسایی قلبی به دو شکل دارو درمانی و عمل جراحی می باشد.

فعالیت و استراحت :

به بیمار توصیه می شود در مرحله حاد بیماری در طول روز استراحت کافی داشته باشد . در زمان استراحت برای کاهش تنگی نفس بهتر است تخت را ۲۰ الی ۳۰ سانتیمتر بالا برده و در حالت نشسته یا نیمه نشسته باشد .

در حالتی که در وضعیت نشسته دچار تنگی نفس شوید بهتر است لبه تخت بنشینید و پاهای خود را آویزان روی صندلی قرار داده و دستها و سر خود

را روی میز بالای تخت قرار دهید.

پس از بهتر شدن بیماری فعالیت خود را به آهستگی و با کمک دیگران شروع کنید و کم کم آن را افزایش دهید.

برای جلوگیری از سرگیجه به آهستگی تغییر وضعیت دهید و از حالت نشسته به ایستاده درآیید.

پس از هر بار فعالیت کمی استراحت داشته باشید . می توانید ورزشهایی از قبیل پیاده روی و شنا و دوچرخه سواری انجام دهید . در صورت خستگی آن را سریعاً متوقف کنید .

از قرار گرفتن در معرض هوای خیلی سرد و گرم پرهیز کنید.

تغذیه :

به شما توصیه می شود در غذای خود از نمک (سدیم) کمتر استفاده کنید و برای خوش طعم کردن غذاها می توانید از آب لیمو ، گیاهان معطر ، میخک و فلفل فرنگی و مرکبات استفاده کنید .

مواد غذایی با سدیم فراوان شامل : گوشت نمک سود شده ، گوشت های آماده و غذاهای کنسرو شده ، سوسیس ، همبرگر ، انواع سسها ، ترشی ها و شورها ، ادویه جات و برخی پنیرها می باشد که لازم است از خوردن آنها خودداری کنید .

از غذاهایی مانند مرغ ، ماهی ، برنج ، سیب زمینی سدیم کمی دارند که می توانید از این مواد غذایی استفاده کنید .

