

## نارسایی قلب با چه علایمی همراه است؟

- ضعف و خستگی
- تنگی نفس حتی هنگام فعالیت های سبک و یا در حال استراحت
- برای تنفس بهتر در حالت استراحت فرد ناچار است در وضعیت نیمه نشسته و یا به صورتی که سر بالاتر از بدن قرار گیرد.
- تورم پاها، مچ پا و ساق پا
- بروز سرفه های شدید گاهی همراه با ترشحات خونی و کف آلود
- احساس پری در شکم
- افزایش وزن در اثر ورم و تجمع مایع در بدن
- تکرر ادرار بخصوص در شب
- برجستگی های وریدهای گردن
- تهوع و استفراغ
- بی اشتها
- ضربان تند و نامنظم قلب

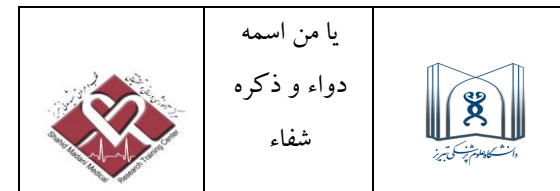
نارسایی قلب حالتی است که در آن قلب قادر به پمپاژ مقادیر کافی خون برای تامین مواد غذایی و اکسیژن بدن نمی باشد. این بیماری یکی از شایعترین علت بستری افراد بالای ۶۵ سال میباشد. نارسایی قلب اغلب منجر به بزرگ شدن قلب (بطن چپ) میشود.

## چه چیزی ممکن است در نارسایی قلب رخ دهد؟

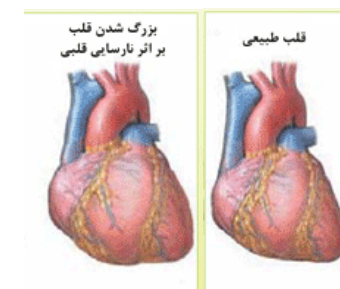
- قلب به اندازه کافی خون پمپ نکند.
- خون به سیاهرگها برگردد.
- مایعات بدن افزایش یابد و منجر به تورم پاها، مچ پا و ساق پا گردد که ادم نامیده میشود.
- مایعات در ریه جمع شوند که به آن "ادم ریوی" گفته میشود.
- سلولهای بدن خون، غذا و اکسیژن به اندازه کافی دریافت نکنند.

## دلایل ایجاد نارسایی قلب چیست؟

- عدم اجازه به خروج جریان خون کافی از قلب ناشی انسداد سرخرگها
- آسیب به عضله قلبی ناشی از حمله قلبی پیشین
- وجود نقص قلبی از زمان تولد
- عفونت قلب و یا دریچه های قلب
- پرفشاری خون



## نارسایی قلبی



واحد آموزشی سلامت

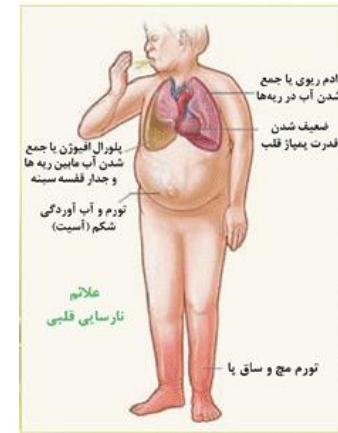
تایستان ۹۹

مرکز آموزشی درمانی و تحقیقاتی قلب و عروق

شهید مدنی تبریز

<http://madanihosp.tbzmed.ac.ir>

- اختلالات شناختی با عدم توانایی تفکر صحیح



### در صورت داشتن علائم ذیل به پزشک مراجعه نمایید:

- درد قفسه سینه و اشکال در تنفس
- بی‌اشتهایی
- بروز تنگی نفس در هنگام فعالیت‌های سبک
- سرفه مداوم
- دفع مکرر شبانه ادرار
- بروز ورم ناگهانی در اطراف مچ پا یا اطراف گردن و شکم

(۴)

### نارسایی قلب چگونه درمان می‌شود؟

- استراحت کافی
- خودداری از مصرف نمک
- ممکن است در برخی موارد، انجام عمل جراحی ضروری باشد.
- ممکن است جهت تقویت قلب شما، پزشک شما داروهایی تجویز نماید و یا جهت دفع آب اضافی به شما قرص‌های مخصوص دفع آب یا "ادرارآور" را بدهد.

### چه مواردی را لازم است در زمان ابتلا به نارسایی قلب رعایت کنید؟

- مراجعه منظم به پزشک
- مصرف داروها طبق تجویز پزشک
- مصرف رژیم غذایی سالم حاوی مقادیر اندک نمک و چربی اشباع
- توزین روزانه خود جهت بررسی افزایش مایع
- در صورت عدم علائم حاد و شدید توصیه به انجام به انجام ورزش ملایم

(۵)

- اجتناب از پرخوری و افزایش وزن
- در هنگام نشستن و استراحت، پاها با زاویه ۱۵ تا ۳۰ درجه بالاتر از بدن قرار گیرد.
- استفاده از جوراب‌های کش دار محکم جهت کنترل ورم پاها
- عدم استفاده از الکل و مواد محرک

(۶)