

نارسایی قلبی



تهیه کننده سولماز کرمی کارشناس پرستاری

تابستان ۱۴۰۲

منبع:

مراقبت‌های پرستاری ویژه قلب و عروق، خون، برونر

سودارث ۲۰۲۲

مسیول علمی: دکتر امیر عباس صادقی

کد مستند سازی : pph.ccu.7.2

بار کد :

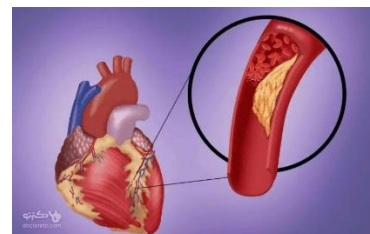
نارسایی قلبی چیست؟

به ناتوانی ماهیچه قلب در پمپاژ خون گفته می‌شود که در نتیجه آن به اعضای بدن اکسیژن و مواد غذایی کافی نمی‌رسد، این وضعیت سبب تنگی نفس، تورم اندام‌ها، خورسانی ضعیف اندام‌ها، احتباس خون در عروق محیطی، ادم ریه، اتساع رگ‌های گردن و تجمع خون در کبد می‌شود. تجمع غیر طبیعی آب و سدیم در بدن باعث می‌شود بعد از مدتی قلب برای جبران ضعف خود کم کم بزرگ شده و تعداد ضربان بالا می‌رود. بیماری نارسایی قلبی معمولاً به تدریج شروع شده و پیشرفت می‌کند.

علل نارسایی قلب

- سکته قلبی
- بیماری‌های دریچه قلب
- فشار خون بالا
- تجمع مایع دور قلب
- نامنظمی‌های ضربان قلب
- پرکاری تیروئید
- بیماری‌های مادرزادی قلب

عوامل افزایش دهنده خطر نارسایی قلب



*دیابت

*سیگار کشیدن

*الکل

*رژیم غذایی پرچرب و پرنمک

نکته: وجود یک عامل خطر ساز به تنهایی کافی است تا

نارسایی قلبی ایجاد شود اما ترکیب این عوامل بشدت خطر را افزایش می‌دهد.

علائم بالینی

- تنگی نفس ممکن است با فعالیت کم، متوسط یا حتی در هنگام استراحت رخ دهد.

تورم پاها مچ پا و ساق پا

خستگی و احساس بی‌حالی و ضعف و عدم تحمل فعالیت

افزایش وزن بدن در نتیجه تجمع مایع در بدن

اختلالات شناختی و عدم توانایی تفکر صحیح

بی‌اشتهایی و تهوع

کاهش مقدار ادرار

پوست سرد

اتساع وریدگی‌های گردنی

روش‌های تشخیص

گرفتن نوار قلب جهت بررسی بی‌نظمی در ضربان قلب

اکو جهت بررسی دریچه‌ها و عملکرد قلب

آنژیوگرافی جهت بررسی عروق قلب

راه‌های پیشگیری

- از هوای آلوده تا جایی که ممکن است دوری کنید زیرا ذرات معلق در موجود در هوای آلوده باعث آسیب رسیدن به دیواره‌های رگ و قلب می‌شود
- در برنامه غذایی خود حتماً حبوبات بگنجانید و میل کنید
- روزانه دقایقی را صرف نرمش کردن کنید
- در صورت امکان و با نظر پزشک معالج قلب سعی کنید در طول هفته ساعتی بدوید زیرا دویدن سبب افزایش ضربان قلب و تقویت ماهیچه قلب می‌شود
- یکی از روش‌های دیگر تقویت قلب تنفس عمیق است
- به اندازه کافی بخوابید کم خوابی و بی‌خوابی باعث افزایش فشار مضر بر روی قلب انسان می‌شود
- استعمال و سیگار و دخانیات از مصرف نوشیدنی‌های دارای الکل و کافئین و نوشیدنی‌های انرژی زا بپرهیزید
- میوه و سبزیجات تازه استفاده کنید
- سعی کنید خوشبین باشید و از استرس دوری کنید از تکنیک‌های آرامسازی مانند یوگا استفاده کنید



برای کاهش تنگی نفس در هنگام استراحت و خواب ۲۰ الی ۳۰ سانتی‌متر سر را بالا ببرید یا تعداد بالش را افزایش دهید

ممکن است به دنبال مصرف داروی فورزماید، دچار کاهش پتاسیم خون و علائمی مانند ضعف عمومی شوید. از رژیم غذایی پر پتاسیم مثل هلو، موز، انجیر، چغندر، گریپ فروت، زردآلوی خشک، آب پرتقال، آب توت فرنگی، اسفناج، کشمش، کدو و هندوانه استفاده کنید

- روزانه خود را قبل از صبحانه و بعد از ادرار کردن وزن کنید. در صورت اضافه وزن یک کیلوگرم در طی یک روز، سریعاً به پزشک مراجعه نمایید

- داروی ادرارآور مثل فورزماید را در صبح زود و بعد از ظهر قبل از ساعت ۵ عصر مصرف کنید تا اختلال خواب به دلیل تکرار ادرار طی شب نداشته باشد

- داروهایتان را طبق دستور مصرف کنید. اگر احساس بهبودی می‌کنید داروهایتان را بدون مشورت پزشک قطع ننمایید

علائم هشدار بیماری

*درد قفسه سینه

*افزایش وزن به میزان دو کیلوگرم در هفته یا یک کیلوگرم در روز هفته یا یک کیلوگرم در روز

*خستگی زودرس، سرگیجه، تپش قلب ناگهانی، تنگی نفس شبانه، بی‌اشتهایی، تهوع و استفراغ، ورم قوزک پا، تنگ شدن لباس،

عکس قفسه سینه جهت تشخیص بزرگی قلب و بررسی وضعیت ریه‌ها و انجام آزمایشات مربوط به الکترولیت‌ها و آنزیم کبدی .

درمان

۱- دارودرمانی

الف) داروهای ادرارآور مثل فورزماید و اسپیرونو لاکتون که به دفع مایع جمع شده در بدن کمک می‌کنند

ب) داروهای ضد بی‌نظمی قلب مثل کارو دیلول و متورال که جهت تنظیم ضربان قلب استفاده می‌شوند

پ) داروهای تقویت کننده عضله قلب مثل دیجوکسین جهت تقویت و تنظیم ضربان قلب استفاده می‌شود

ت) داروهای گشاد کننده عروق برای کاهش فشار خون

ث) داروهای رقیق کننده خون مثل آسپرین، وارفارین

۲- تغییر روش زندگی

عدم استعمال دخانیات

کاهش فشار خون، چربی خون و دیابت

دوری از بحران‌های عاطفی، استرس و عصبانیت

محدودیت مصرف مایعات

رژیم غذایی کم نمک و کم چرب

از غذاهای آماده و کنسرو شده، ترشیجات، پیتزا، سوسیس، کالباس و آجیل شور پرهیز کنید چون به دلیل وجود نمک نمک سبب تجمع زیاد مایع در بدن افزایش وزن تنگی نفس، ورم دست و پا شکم و احساس تهوع می‌شود