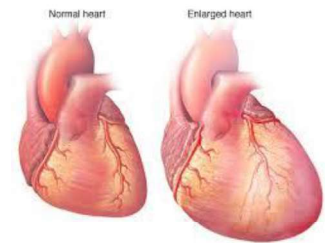


	عنوان : نارسایی قلبی	
دانشگاه علوم پزشکی کرمان	بیمارستان قائم(عج) بردرسیر	
تاریخ بازنگری: پاییز 1403 واحد آموزش سلامت		
شماره واحد: 03433525542		
منبع: کتب پرستاری قلب وعروق پرونر و سودارث		



یک قلب سالم قادر است خون را به تمام قسمت‌های بدن پمپاژ کند

نارسایی قلبی :

قلب شما نمی تواند به خوبی خون را پمپ کند یا پذیرای خون باشد و زمانی اتفاق می افتد که تغییراتی در قلب شما ایجاد شده و باعث ضعیف شدن یا سخت شدن عضله قلب می شود . بنابراین خون به داخل دیگر اعضا خصوصا ریه و کبد پس زده می شود و تجمع مایعات اضافی در بدن بخصوص در ریه ها اتفاق می افتد

دلایل نارسایی قلبی :

بیماریها مثل فشار خون -دیابت -بیماریهای تیروئید -چاقی - کم خونی شدید - سکتة های قلبی -بیماریهای قلبی و مشکلات دریچه ای قلب - وجود نقص قلبی از زمان تولد و آریتمی ها

علائم بالینی :

خستگی - سرگیجه - ادم دست و پاها و شکم -کاهش تحمل فعالیت -افزایش وزن - تنگی نفس حین فعالیت و هنگام دراز کشیدن - تنگی نفس حمله ای شبانه - سرفه

هنگام فعالیت - کاهش دفعات ادرار در روز -ادرار زیاد در

شب - تهوع و استفراغ - بی اشتهاپی

وجود خلط کف آلود و گاهی صورتی رنگ

تغییر سبک زندگی نکته کلیدی در درمان این بیماری است

رژیم غذایی :

➤ غذای خود را در وعده های زیاد با حجم کم مصرف

کنیداز سبزیجات سبز تیره و نارنجی و میوه های

نارنجی مصرف کنید

➤ رژیم غذایی کم نمک داشته باشید مصرف نمک

باعث تجمع مایعات اضافی در بین شما می شود و

این مایع اضافی کار قلب شما را سخت تر می کند

➤ افراد با نارسایی قلبی باید میزان مصرف نمک خود

را کمتر از 2000 میلی گرم یعنی کمتر از 1 قاشق

مرباخوری در طول روز برساند

➤ از غذاهای کنسرو شده -ترشیجات - فست فود ها

و غذاهای منجمد که حاوی مقادیر زیاد نمک

هستند خودداری کنید

داروهای ادرار آور (دیورتیک ها) :

برای کاهش تجمع مایع در بدن و تورم اندام ها تجویز می

شود بهتر است صبح این دارو را مصرف کنید

داروهای دیورتال :برای تقویت و تنظیم قلب تجویز می گردد

داروهای گشاد کننده عروق : برای کاهش فشار خون تجویز

می گردد .

داروهای منظم کننده ضربان قلب :برای منظم کردن ضربان

قلب تجویز می شود

علائم هشدار دهنده :

در صورت داشتن علائم زیر فوراً به پزشک یا مرکز درمانی

مراجعه فرمائید

افزایش تورم پا و مچ پا ، شکم ، سرفه های مقاوم و وجود

خلط کف آلود و صورتی رنگ ، خستگی شدید و پیشرفت

ناراحتی هنگام خواب،احساس تنگی نفس و تنفس غیر

طبیعی در هنگام فعالیت

درد قفسه سینه و طپش قلب و فشار خون بالا ، افزایش وزن

(1/5 تا 1) کیلو در یک روز ، تب ، خس خس سینه در شب

➤ در صورتیکه در حالت دراز کش دچار تنگی نفس

می شوید بهتر است لیه ی تخت بنشینید و پاهای

خود را آویزان کنیددر زمان استراحت برای کاهش

تنگی نفس بهتر است در حالت نشسته یا نیمه

نشسته قرار گیرید

➤ برای رفع تشنگی دهان خود را با آب بشوئید

➤ بعد از مصرف غذا ازفعالیت شدید خودداری کنید

➤ مطمئن شوید قادر هستید حین فعالیت فیزیکی

صحبت کنید اگر نتوانستید این کار را انجام دهید

شدت فعالیت خود را کاهش دهید

➤ محدودیت دریافت نمک ،عدم دریافت مایع اضافه

پیشگیری از عفونت با ایمن سازی نسبت به انفلوانزا

و پنوموکوک

➤ عدم مصرف الکل و دخانیات

➤ مشارکت در ورزش منظم

➤ درصورت داشتن پیوست طبق دستور پزشک از

ملین ها استفاده کنید

دارو: داروهای خود را طبق نظر پزشک معالج مصرف کنید

➤ داروهایی مانند آنتی اسید (شربت های معده) -

شربت ضد سرفه و قرص های مسکن حاوی سدیم

فراوان هستند

➤ عدم مصرف غذاهای سرخ کردنی ،ترجیحا غذاها را

آب پز یا کباب پز کنید

مراقبت ها :

➤ داروهای خود را دقیقاً طبق دستور پزشک معالج

خود مصرف کنید

➤ از فعالیت در سرما یا گرمای شدید به دلیل افزایش

کار قلب خود داری کنید

➤ مصرف مایعات را طبق دستور پزشک محدود کنید

➤ از مصرف الکل و سیگار پرهیز کنید

➤ جهت ویزیت های پزشک به موقع مراجعه کنید

➤ فعالیت خود را با قدم زدن شروع و بتدریج افزایش

دهیدبه شرطی که باعث خستگی و تنگی نفس در

شما نشود

➤ بررسی روزانه وزن خود به شما کمک می کندکه

متوجه شوید بدن شما مایعات را در خود نگه می

دارد یا خیر