

نارسایی قلب به ناتوانی ماهیچه قلب در پمپاژ خون گفته می شود که در نتیجه آن به اعضای بدن اکسیژن و مواد غذایی کافی نمی رسد. این وضعیت سبب تنگی نفس، تورم اندام ها، خونرسانی ضعیف اندام ها، احتباس خون در عروق محیطی، ادم ریه، اتساع رگ گردن و تجمع خون در کبد می شود.

تجمع غیرطبیعی آب و سدیم در بدن باعث می شود بعد از مدتی قلب برای جبران ضعف خود کم کم بزرگ شده و تعداد ضربان بالا می رود. بیماری نارسایی قلبی معمولا به تدریج شروع شده و پیشرفت می کند.

علت نارسایی احتقانی قلب

- ✓ سکته قلبی
- ✓ بیماریهای دریچه ای قلب
- ✓ فشار خون بالا
- ✓ تجمع مایع دور قلب
- ✓ نامنظمی های ضربان قلب
- ✓ پرکاری تیروئید
- ✓ بیماریهای مادرزادی قلب

عوامل افزایش دهنده خطر نارسایی قلبی

- ✓ دیابت
- ✓ سیگار کشیدن
- ✓ الکل
- ✓ چاقی
- ✓ رژیم غذایی پرچرب و پر نمک
- ✓ بی اشتهاپی و تهوع
- ✓ کاهش مقدار ادرار
- ✓ پوست سرد
- ✓ اتساع وریدهای گردنی

وجود یک عامل خطر ساز به تنهایی کافی است تا نارسایی قلب ایجاد شود، اما ترکیب این عوامل به شدت خطر را افزایش می دهند.

علائم بالینی

- ✓ تنگی نفس که ممکن است با فعالیت کم یا متوسط یا حتی در هنگام استراحت رخ دهد
- ✓ تورم پاها، مچ پا و ساق پا
- ✓ خستگی و احساس بی حالی و ضعف و عدم تحمل فعالیت
- ✓ افزایش وزن بدن در نتیجه تجمع مایع در بدن
- ✓ اختلالات شناختی و عدم توانایی تفکر صحیح

روش های تشخیصی:

- ✓ گرفتن نوار قلب
- ✓ اکوکاردیوگرافی
- ✓ عکس برداری از قلب و ریه ها
- ✓ اسکن قلب

درمان:

داروها: داروهای مصرفی برای بیماران مبتلا به نارسایی قلبی شامل موارد زیر می باشد:

- ✓ داروهای ادرار آور یا دیورتیک ها برای کاهش ادم یا ورم
- ✓ داروی دیجوکسین برای تقویت و تنظیم ضربان قلب
- ✓ داروهای ضد بی نظمی ضربان قلب برای منظم کردن ضربان قلب
- ✓ داروهای گشاد کننده عروق برای کاهش فشار خون

دانشگاه علوم پزشکی شیراز
بیمارستان امام موسی کاظم (ع)
شهرستان زرین دشت

نارسائی قلب



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	نارسایی قلب
واحد	واحد آموزش سلامت همگانی
تهیه کننده	زینب راستگو (کارشناس ارشد پرستاری)
کد پمفلت	EMKP-HE-022-00
ناظر کیفی	دکتر کریمی (متخصص قلب)
سال تهیه	1403
QR CODE	

باشید. اگر نشانه های بیماری شدید باشند
استراحت توصیه می شود در غیر اینصورت با نظر
پزشک ورزشهای منظم را انجام دهید.

هرگز فعالیت های سنگین را پشت سر هم انجام
ندهید و در بین فعالیت ها استراحت کافی داشته
باشید

از تماس با افرادی که مبتلا به بیماری عفونی
هستند، جلوگیری شود

از مصرف داروهای حاوی بیکربنات سدیم نظیر
داروهای سردرد و سوزش معده بدون مشورت با
پزشک اجتناب کنید

اگر مبتلا به نارسایی احتقانی قلب هستید با
مشاهده علائم زیر سریعاً به پزشک مراجعه کنید:

- ✓ افزایش ناگهانی وزن
- ✓ درد شدید قفسه سینه
- ✓ تنگی نفس و سرفه خلط دار
- ✓ کاهش ادرار
- ✓ خستگی و بیحالی
- ✓ تنگی نفس هنگام خواب

داروهای خود را طبق دستور پزشک به موقع مصرف
کنید و از قطع خودسرانه دارو بپرهیزید.

تغییر در روش زندگی شامل موارد زیر می باشد:

عدم استعمال دخانیات و الکل

کنترل فشار خون، چربی خون و دیابت

دوری از بحران های عاطفی، استرس و عصبانیت

محدودیت مصرف مایعات

رژیم غذایی کم نمک و کم چرب

از غذاهای اماده و کنسرو شده استفاده نکنید

در هنگام طبخ غذا نمک اضافه نکنید

غذا را در حجم کم و در تعداد وعده های بیشتر
استفاده کنید. جهت پیشگیری از یبوست به مقدار
کافی از غذاهای حاوی فیبر مثل میوه و سبزیجات
استفاده کنید

فعالیت بدنی و ورزش منظم داشته باشید فعالیت
بدنی طوری باشد که باعث خستگی و تنگی نفس
نشود و بین فعالیت دوره های استراحت داشته