



کد سند: PEBRO223-01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۵/۰۳/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۵/۰۳/۰۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

## آموزش به بیمار نارسایی قلبی



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی) می باشد:

(داخلی ۲۰۲۷) 05138722140



من را اسکن کنید  
واحد آموزش به بیمار  
بیمارستان ولایت

## چه موقع به پزشک مراجعه کنیم؟

در صورت داشتن علائم زیر حتما به پزشک مراجعه کنید:

- افزایش وزن ۱.۵ تا ۲ کیلوگرم در مدت یک الی دو روز
- تنگی نفس و بی قراری
- خلط صورتی و سرفه مداوم
- تورم پا ها و شکم
- تپش قلب، احساس سرگیجه و ضعف
- تنفس های کوتاه و درد قفسه سینه



**با آرزوی سلامتی و بهبودی شما**

**آدرس سایت بیمارستان ولایت:**

<https://velayat.mums.ac.ir/>

**منبع:**

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>



## رژیم غذایی:

- از مصرف غذا های شور خودداری کنید.
- میزان طبیعی سدیم (نمک) در رژیم غذایی شما به ۳-۲ گرم در روز محدود میشود.
- مواد غذایی با سدیم پائین مانند مرغ، ماهی، برنج و سیب زمینی استفاده کنید و از مصارف غذا های حاوی سدیم فراوان مثل گوشت نمک سود، غذاهای کنسرو شده، سوسیس، همبرگر، ترشی، ادویه جات و برخی پنیرها خودداری نمایید.
- بسته به وضعیت بیمار و توصیه پزشک مصرف مایعات محدود کنید
- برای رفع خشکی دهان می توانید از آب نبات سفت و آدامس بدون قند استفاده کنید و یا دهان را شستشو دهید .
- توصیه می شود که وعده های غذایی متعدد با حجم کم استفاده کنید
- از مصرف مواد محرک مانند کافئین، قهوه و الکل و سیگار خودداری کنید.
- از مصرف مواد غذایی چرب خودداری کنید



## مددجوی عزیز

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با نارسایی قلبی به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ کرده و بهبود بخشید.



### نارسایی قلبی چیست؟

ناتوانی قلب در پمپ کردن حجم کافی خون جهت برآورده کردن نیازهای بدن را نارسایی قلب گویند. این بیماری پی رونده ممکن است صدمه به عملکرد قلبی یا نارسایی قلبی مربوط به طرف راست یا چپ و یا هر دو طرف قلب باشد.

### علائم نارسایی قلبی:

۱. احساس تنگی نفس هنگام فعالیت مانند بالا رفتن از پله ها و یا در حالت استراحت
۲. احساس خستگی و ضعف
۳. سرفه
۴. ورم اندام ها و افزایش وزن ناشی از ان
۵. حالت تهوع از دست دادن اشتها
۶. افزایش تنگی نفس هنگام خوابیدن و دراز کشیدن



## عوامل مستعد کننده بروز نارسایی قلبی؟

- سکتة قلبی
- فشار خون بالا
- بیماری های دریچه ای قلب
- مصرف سیگار و الکل
- مصرف غذا های چرب
- نداشتن تحرک و فعالیت

### درمان نارسایی قلبی:

- هدف کلی در درمان نارسایی قلبی جلوگیری از بدتر شدن وضعیت بیمار است به همین منظور با کاهش فشار خون، بهبود جریان خون به قلب، بهبود عملکرد عضلات قلب و افزایش میزان اکسیژن به بافت ها علایم بهتر میشود

### دارو های مورد استفاده درمان نارسایی

#### قلبی:

دیگوکسین: این دارو با افزایش نیروی انقباضی عضله قلب باعث بهبود گردش خون و بهبود علایم می شود. توجه داشته باشید دیگوکسین را حداقل یک ساعت قبل و یا دو ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید.

شایعترین عوارض جانبی آن خستگی، ضعف کلی عضالت، تهوع، توهم، بی اشتهایی، مشاهده هاله زرد مایل به سبز در اطراف اشیاء، سرگیجه می باشد در صورت بروز این علایم به پزشک مراجعه کنید



- دارو های ادرار آور: بهتر است این دارو ها را صبح مصرف کنید و جهت جلوگیری از کاهش فشار خون ناگهانی به آرامی تغییر وضعیت دهید.

در صورت تجویز فروزماید مصرف غذاهای با پتاسیم باو در صورت لزوم مکملهای پتاسیم توصیه می شود.

در صورت مصرف همزمان اسپرونولاکتون یا آلداکتون و یا تریامترن اچ، از مصرف غذاهای با پتاسیم بالا خودداری کنید.

عوارض جانبی این داروها شامل خشکی دهان، تشنگی زیاد، تب، گرفتگی عضلانی، تهوع، ضعف، خستگی، اسهال و یبوست و ... می باشد.

### میزان فعالیت:

- در حد تحمل فعالیت داشته باشید.
- بهترین فعالیت پیاده روی در حد تحمل میباشد
- در صورت بروز تنگی نفس شدید لبه تخت بشینید، پا ها را از لبه تخت اویزان کنید و دستها و سر را روی میز بالای تخت قرار دهید

