



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان جوادالائمه خرامه

نارسایی قلبی

تهیه کننده	مژگان کمالی کارشناس ارشد پرستاری،
تایید کننده	دکتر سمیرا حسین پور متخصص قلب
سال تهیه	بهار ۱۴۰۵
منبع	برونر سوداوت قلب و عروق ۲۰۲۶

- بسته به وضعیت خود و با نظر پزشک محدودیت مصرف مایعات را رعایت کنید.

❖ مصرف داروها

- در صورتی که داروی دیگوکسین مصرف می کنید:

۱- قبل از مصرف آن نبض خود را کنترل کنید و در صورتی که کمتر از ۶۰ ضربه در دقیقه بود به پزشک خود اطلاع دهید.

۲- در صورت بروز علائم مسمومیت با دیگوکسین: بی اشتهایی، تهوع و استفراغ، خستگی و اختلالات بینایی به پزشک مراجعه کنید.

از مصرف همزمان دیگوکسین با سبزیجات خام، میوه ها، آنٹی اسید(شربت معده)، سبوس و داروهای ضد اسهال خودداری کنید چون باعث کاهش جذب دارو می شود.



- پس از هر بار فعالیت کمی استراحت نیز داشته باشید.

- از قرار گرفتن در معرض هوای خیلی سرد یا گرم خودداری کنید و در هوای سرد روی بینی و دهان خود را با شالگردن بپوشانید و لباس گرم استفاده کنید.

- می توانید ورزش هایی مانند پیاده روی، شنا و دوچرخهسواری انجام دهید، در صورتی که قادر به تحمل فعالیت نیستید بلافاصله آن را متوقف کنید.

❖ تغذیه

- به هنگام طبخ و صرف غذا به آن نمک(سدیم) اضافه نکنید و برای خوش طعم کردن غذاها می توانید از آبلیمو، گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید.

- مواد غذایی با سدیم فراوان شامل: گوشت های آماده و غذاهای کنسرو شده، سوسیس، همبرگر، انواع سس ها، ترشی ها، ادویه جات و برخی پنیرها

- غذاهایی مانند: مرغ، ماهی، برنج و سیب زمینی سدیم کمتری دارند.

نارسایی احتقانی قلب حالتی است که در آن قلب قادر به پمپاژ مقادیر کافی خون برای تامین مواد غذایی و اکسیژن بدن نمی باشد. این حالت منجر به ضعف عضلانی، خستگی مفرط و احتباس آب و نمک در ریه و بدن می شود. بعد از مدتی قلب برای جبران ضعف خود کم کم بزرگ شده و تعداد ضربان بالا می رود.

علل بیماری:

- فشار خون بالا
- سکنه قلبی و بیماری عرقی قلب
- مصرف الکل و بعضی از داروها
- اختلالات دریچه ای قلب و نقص مادرزادی
- داشتن سابقه فامیلی بیماری

علائم بیماری:

- تنگی نفس که ممکن است با فعالیت کم یا متوسط یا حتی در هنگام استراحت رخ دهد.
- ضعف و خستگی
- تورم پاها، مچ پا و ساق پا و ورم شکم
- بروز سرفه های شدید گاهی همراه با ترشحات خونی و کف آلود

- برای تنفس بهتر در حالت استراحت فرد ناچار است در وضعیت نیمه نشسته و یا به صورتی که سر بالاتر از بدن قرار بگیرد بخواهد.
- افزایش وزن در اثر ورم و تجمع مایع در بدن
- تهوع و استفراغ
- بی اشتها
- برجستگی ورید های گردنی
- ضربان تند و نامنظم قلب
- پوست سرد و رنگ پریده
- سیاه شدن لب ها و ناخن ها

روش های تشخیصی:

- ۱- سمع قفسه سینه
 - ۲- اکوکاردیوگرافی
 - ۳- گرفتن نوار قلب
 - ۴- عکس قفسه سینه
- معاینه فیزیکی توسط پزشک و داشتن علائم بیماری

درمان:

- استراحت کافی

- خودداری از مصرف نمک
- ممکن است در برخی موارد انجام عمل جراحی ضروری باشد.
- دارو درمانی: جهت تقویت قلب شما و یا قرص های مخصوص دفع آب یا ادرار آور جهت دفع آب اضافی

نکات آموزشی:

❖ فعالیت و استراحت:

- مددجوی عزیز به شما توصیه می شود که در مرحله ی حاد بیماری، در طول روز استراحت کافی داشته باشید و در زمان استراحت، برای کاهش تنگی نفس بهتر است بستر را ۲۰ الی ۳۰ سانتی متر بالا برده و در حالت نشسته یا نیمه نشسته قرار بگیرید.
- در حالتی که در حالت دراز کش دچار تنگی نفس می شوید بهتر است لبه تخت بنشینید و پاهای خود را آویزان روی صندلی قرار داده و دست ها و سر خود را روی میز بالای تخت قرار دهید.