

نارسایی قلبی

ناتوانی قلب در پمپ خون کافی و لازم برای برآورده ساختن نیاز بافت‌های بدن به اکسیژن و مواد غذایی را نارسایی قلب می‌گویند. و اغلب منجر به بزرگ شدن قلب (بطن چپ) می‌شود.

علائم نارسایی قلب

تنگی نفس به ویژه موقع دراز کشیدن، سرفه، خستگی، کاهش فعالیت، سرگیجه، عدم تحمل ورزش، کاهش ادرار، ورم اندام‌های تحتانی (پاها)، افزایش وزن، برجستگی رگ‌های گردن، تجمع مایع در شکم (آسیت)، بی‌اشتهایی، تهوع، شب ادراری و ضعف.

درمان با دیگوکسین

دیگوکسین (قرص) اثرش حدود ۲-۱ ساعت بعد از خوردن ظاهر می‌شود و حداکثر اثرش ۶ ساعت است و ظرف ۱۰-۵ روز از راه کلیه دفع می‌شود.

این دارو قدرت انقباض عضله قلب را افزایش و سرعت ضربان قلب را کاهش می‌دهد. به این ترتیب باعث افزایش برون ده قلب و برقراری جریان ادرار می‌شود.

با توجه به اینکه مصرف آن نیاز به شناخت عوارض و نشانه‌های مسمومیت دارد. علائم اولیه مسمومیت با آن به شرح زیر می‌باشد:

۱- تهوع، استفراغ، بی‌اشتهایی، درد شکم و اسهال.

- ۲- اختلالات بینایی: دیدن اشیاء به رنگ زرد یا خاکستری، دوبینی و تاری دید، خواب آلودگی، سردرد، خستگی و تحریک پذیری.
- ۴- ضعف و بی‌حالی و افت فشار خون.

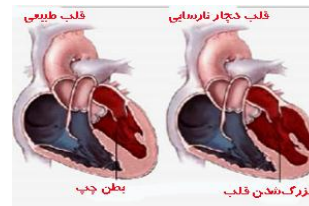
نکات قابل توجه

- در صورتیکه تعداد نبض کمتر از ۶۰ بار در دقیقه باشد، با نظر پزشک نباید مصرف شود.
- مصرف دارو بایستی بطور دقیق و طبق دستور پزشک باشد.
- بهتر است دارو بعد از غذا مصرف شود.
- مصرف نمک در رژیم غذایی باید خیلی محدود باشد.
- در صورت امکان قبل از صبحانه وزن کنترل شود.
- پتاسیم خون در بیماران تحت درمان کنترل شود.
- در صورت مشاهده هر کدام از علائم مسمومیت، دارو قطع و به پزشک اطلاع داده شود.

نکات آموزشی در نارسایی قلب

فعالیت:

- از استراحت در تخت به صورت طولانی مدت بپرهیزید. منجر به تشکیل لخته در عروق پا و نیز ایجاد زخم بستری شود.
- اگر فعالیت‌های معمول را تحمل کردید با مشورت پزشک به تدریج طول مدت و تعداد دفعات فعالیت را افزایش دهید.



- برای کارهای خود وقت کافی بگذارید و از عجله کردن بپرهیزید.
- هر روز صبح در یک ساعت معین با یک مقدار لباس و ترازوی مشخص، پس از ادرار کردن و قبل از صبحانه خود را وزن کنید. اگر در حدود ۰.۹ - ۱.۴ کیلوگرم افزایش وزن در طی چند روز داشتید، این افزایش وزن را به پزشک خود گزارش دهید.
- وضعیت بدنی مناسب مثل قرار دادن تعداد بالش‌های بیشتر زیر سر و یا خوابیدن در وضعیت نشسته کار قلب را کم می‌کند و از تنگی نفس می‌کاهد.
- از موقعیت‌های اضطراب‌آور بپرهیزید و هیجانات و اضطراب خود را کنترل کنید.
- کمبود خواب موجب افزایش اضطراب میشود، لذا میزان خواب و استراحت خود را تنظیم نمایید.

رژیم غذایی:

- ★ رژیم غذایی کم نمک داشته باشید و از مصرف غذاهای آماده کنسروی بپرهیزید.
- ★ شما می‌توانید به جای نمک از آبلیمو یا آب نارنج برای خوش طعم کردن غذا استفاده نمایید.
- ★ بیمارانی که داروهای ادرار آور مانند قرص لازیکس (فورزماید) مصرف می‌کنند باید غذاهای پرپتاسیم مثل موز، زرد آلو، گوجه فرنگی و کشمش مصرف کنند.
- ★ از مصرف زیاد قهوه و چای، شکلات‌های حاوی کافئین و نوشابه‌های گازدار خودداری کنید.





مجمع یارستانی امیراعلم

Amiralam.tums.ac.ir

آموزش به بیمار

نارسایی قلبی



بدون مشورت با پزشک از داروهای بدون نسخه و گیاهان دارویی که به صورت آزاد در داروخانه ها و عطاریها فروخته می شود، استفاده نکنید .

برخی داروها مثل شربت ها و قرص های معده (آنتی-اسید) ، داروهای ضد سرفه و مسهل را بدون مشورت با پزشک مصرف نکنید .

اگر به علت بروز مشکلاتی مثل تهوع و استفراغ نتوانستید داروهای خود را مصرف کنید به پزشک مراجعه کنید .

هنگام مراجعه به بیمارستان و یا سایر پزشکان آنها را در جریان تمام داروهای مصرفی قرار دهید.

شما می توانید با فشردن انگشت اشاره به قوزک و ساق پاها ، ورم پاها را بررسی کنید . اگر درجای فشار دادن انگشت ، فرورفتگی باقی بماند نشانه ورم است . از دیگر علائم ورم و تجمع مایع در بدن ، تنگ شدن کفش و لباس به بدن و باقی ماندن اثر جوراب روی پاها و حلقه روی انگشت است.

در فواصل منظم جهت بررسی پیشرفت بیماری و تنظیم داروهای مصرفی با پزشک معالجتان ملاقات داشته باشید. و در صورت بروز علائم افزایش وزن ، تورم قوزک پا ، ساق پا و شکم ، سرفه های مقاوم ، کاهش اشتها ، تنگی نفس خارج از وقت تعیین شده به پزشک مراجعه نمایید .

ممکن است برای جلوگیری از تجمع مایع در بدن لازم باشد که مایعات مصرفی کاهش یابد و نیز مصرف مایع در روز تقسیم شود. مثلاً اگر شما ۵۰۰ سی سی (۲ لیوان متوسط) آب در روز می خورید، می توانید آن را به دو وعده ۲۵۰ سی سی (۱ لیوان) و یا ۴ وعده ۱۲۵ سی سی (نصف لیوان) تقسیم کنید . تمام مایعات مصرف شده اندازه گیری و نوشته شود . در این صورت برای کاهش تشنگی ، قرقره ی آب خنک و مکیدن آب نبات و جویدن آدامس و تکه های کوچک یخ بسیار مفید است.

از وعده های غذایی کوچک و مکرر استفاده کنید تا انرژی کمتری را موقع غذا خوردن و هضم غذا صرف کنید (به جای مصرف سه وعده غذایی ، سه وعده اصلی کم حجم و سه میان وعده میل کنید).

داروهای تجویز شده را روزانه بطور دقیق و طبق دستور پزشک مصرف کنید.

به یاد داشته باشید

برای جلوگیری از فراموشی در مصرف دارو ، خوردن دارو را با برنامه های روزانه مثل وعده های غذا ، زمان خواب یا استراحت همزمان کنید.

استفاده از جعبه های قرص هفتگی که به تعداد روزهای هفته ، خانه های مجزا برای قرار دادن قرص دارد ، نیز برای جلوگیری از فراموش کردن مصرف داروها مفید است.

بهتر است داروهای ادرار آور که به دفع آب و سدیم اضافی کمک می کنند مانند اسپیرونولاکتون یا لازیکس را در ساعت اولیه صبح مصرف کنید تا افزایش ادرار ناشی از مصرف این دارو با ساعت خواب و استراحت شما تداخلی نداشته باشد .