



بیمارستان امام حسین (ع) گلپایگان

آموزش به بیماران نارسایی قلبی

دفتر آموزش سلامت بیمار واقع در

درمانگاه تخصصی می باشد و برای

در یافت مشاوره آموزش سلامت با تلفن

۰۲۱۰۲۴۵۷۲۴ داخلی ۲۳۰ روز های زوج از

ساعت ۱۱ تا ۱۲ تماس بگیرید.

ghhospital.mui.ac.ir.



کد محتوا: P.E.CCU.126.0

فورزماید (لازیکس):

این دارو باعث تکرر ادرار میشود بنابراین دارو را در ابتدای صبح مصرف کنید و در صورت عدم تحمل دارو ظرف چند روز یا بروز مشکل حتما به پزشک مراجعه و تغییر دارو را طبق نظر پزشک انجام دهید.

چند نکته دیگر:

هر روز صبح در یک ساعت معین وزن خود را کنترل و ثبت نمایید و هر گونه افزایش وزن ناگهانی در طی چند روز را گزارش دهید.

شما مستعد عفونتهای تنفسی هستید، لذا از رفتن به محل های شلوغ و آلوده و تماس با افراد عفونی خودداری کنید.

سیگار، الکل و داروهای آرام بخش مصرف نکنید.

طراحی و تدوین: واحد آموزش سلامت

بیمارستان امام حسین (ع) گلپایگان

بخش CCU

در صورت تغییر حال عمومی و یا داشتن علائم تنگی نفس، خلط صورتی، بی قراری، تنگی نفس حین فعالیت و یا استراحت، بی اشتها، افزایش وزن به میزان ۲ - ۱/۵ کیلوگرم در عرض یک هفته، تورم پاها و شکم، سرفه مداوم و شب ادراری .

خانم های جوان در صورت تمایل به بارداری حتما باید با پزشک خود مشاوره کنند.

در صورت مراجعه به پزشک دیگر و تجویز دارو بهتر است قبل از مصرف داروهای تجویز شده با پزشک قلب خود مشاوره کنید.

داروها:

دیگوکسین:

قبل از مصرف این دارو نبض خود را اندازه بگیرید اگر کمتر از ۶۰ ضربه در دقیقه بود دارو را مصرف نکنید و به پزشک خود اطلاع دهید.

اگر با مصرف این دارو علائم گیجی، بی اشتها، تهوع، استفراغ و اختلالات بینایی را داشتید به حتما به پزشک مراجعه کنید.

آموزش به بیماران نارسایی قلبی

در این بیماری قلب قادر نیست مقادیر کافی خون را برای رفع نیاز اکسیژن و مواد غذایی بافتها تامین کند یا این کار را با افزایش فشار بر حفرات خود انجام میدهد.

شایعترین علل آن سکنه قلبی، فشار خون بالا، بیماریهای مادرزادی قلب و یا بیماری دریچه ای قلب است.

علائم نارسایی قلبی چیست ؟

تنگی نفس درحین فعالیت یا استراحت، سرفه خشک یا همراه با خلط درفعالیت، خستگی، اضطراب، تعریق، بیقراری، ضعف، پوست سرد و رنگ پریده، بی اشتها، تهوع و استفراغ، شب ادراری، ورم دست و پا یا کل بدن، بزرگی کبد و شکم

درمان نارسایی قلب چگونه است؟

۱. استراحت وفعالیت منظم
۲. رعایت رژیم غذایی
۳. رعایت مصرف نمک و مایعات

۱-در مرحله شدید بیماری بهتر است در طول روز استراحت کافی داشته باشید .

۲-با بهبود تنگی نفس فعالیت روزانه خود را با ۱۵- ۱۰ دقیقه در روز شروع کرده و به تدریج آن را به ۳۰ - ۲۰ دقیقه در طول روز برسانید.

۳-اگر هنگام خوابیدن دچار تنگی نفس میشوید، یک ساعت قبل از خواب پاهایتان را در سطح بالاتری قرار دهید و حین خوابیدن چند بالش زیر سر خو بگذارید.

۴-از استراحت طولانی در بستر یا فعالیت های شدید اجتناب کنید و به طور متناوب فعالیت و استراحت را انجام دهید.

۵-جهت کاهش ورم پاها، هنگام استراحت یا نشستن پاها را در سطح بالاتر قرار دهید.

۶-برای جلوگیری از سرگجه به آرامی تغییر وضعیت دهید.

۷-از قرار گرفتن در هوای خیلی گرم یا خیلی سرد خودداری کنید.

چه غذاهایی بخوریم؟

۱) مصرف نمک را محدود کرده و هنگام طبخ غذا نمک به آن اضافه نکنید. جهت خوش طعم کردن غذا از آبلیمو، گیاهان معطر و مرکبات استفاده کنید.

۲) بدون نسخه پزشک دارویی را استفاده نکنید چون آنتی اسیدها، مسهل ها، شربت های ضد سرفه و قرص های مسکن حاوی نمک فراوان هستند .

۳) وعده های غذایتان را با حجم کم و در دفعات متعدد، میل کنید .

۴) با نظر پزشک مصرف مایعات روزانه را محدود کنید.

۵) از مواد غذایی با نمک پائین مثل مرغ، ماهی، گوشت، برنج، سیب زمینی و... استفاده کنید.

۶) روزانه ۵ - ۳ وعده از سبزی و میوه تازه استفاده کنید.

۷) از مصرف غذاهای حاوی نمک زیاد مثل غذاهای کنسروی، سوسیس و کالباس، سس ها، آب میوه آماده، نوشابه، دوغ آماده، ترشی و ادویه ها پرهیز کنید.