

## نارسایی احتقانی قلب (CHF)

نارسایی قلب که اغلب نارسایی احتقانی قلبی نیز اطلاق می شود وضعیتی است که ناتوانی قلب در پمپ کردن خون کافی و لازم برای بر آورده ساختن نیاز بافت ها به اکسیژن و مواد تغذیه ای می باشد

که متعاقبا ضربان قلب افزایش یافته و به مرور زمان قلب بزرگ شده و عضله قلب پس از مدتی نمیتواند به خوبی کار کند و چون خون کمتر به بدن به خصوص کلیه ها می رسد، کلیه ها نمیتوانند به خوبی کار کنند و مایعات در بدن جمع شده و فرد دچار ورم خواهد شد. کاهش عملکرد ریه و بیماری های مزمن تاثیر گذار بر مجاری تنفسی نظیر عفونت حاد ریوی، خطر بروز نارسایی قلب را افزایش می دهد.

### تظاهرات بالینی:

ویژگی غالب در نارسایی قلبی پرفیوژن نا کافی بافتی می باشد و علائمی از جمله سرگیجه، تهوع، خستگی، عدم تحمل ورزش، فعالیت، گرما، سرد بودن اندامها، کاهش میزان

ادرار و همچنین سرفه، تنگی نفس به ویژه در هنگام دراز کشیدن، ورم عمومی به خصوص تورم پاها و مچ و ساق پا و افزایش وزن دیده می شود.

### علائم تنفسی:

شامل تنگی نفس یا سخت نفس کشیدن است که با فعالیتهایی مثل بالا رفتن از پله، دویدن و ... تشدید می شود چون باعث می شود فرد اکسیژن کافی دریافت نکند. تنگی نفس در حالت خوابیده ممکن است ایجاد شود که فرد برای تنفس راحت تر مجبور به استفاده از چند بالش می باشد.

### آنچه شما بیمار عزیز باید در مراقبت از خود

#### انجام دهید شامل موارد زیر است:

۱- در صورتیکه دچار تنگی نفس شدید در حالت نشسته قرار بگیرید و فعالیت های خود را کاهش داده تا اکسیژن بیشتری به قلب و بدن شما برسد.

۲- از انجام کارها و فعالیتهای سنگین که تنگی نفس شما را شدیدتر می کند خودداری کنید.

۳- روزانه خود را وزن کنید و در صورتیکه افزایش وزن یا ورم در اندامهایتان داشتید به پزشک مراجعه نمائید

۴- لازم است بدانید که وعده های غذایی کوچک و مکرر موجب کاهش مقدار انرژی مورد نیاز جهت خوردن و هضم غذا شده و تغذیه کافی نیز فراهم میشود.

۵- حتما پس از یک دوره فعالیت استراحت کرده و از انجام دو فعالیت مهم و صرف کننده انرژی در یک روز یا بلافاصله پس از همدیگر پرهیز نمائید.

۶- رژیم غذایی کم نمک، کم چرب و کم کالری را رعایت نموده و از مایعات به مقدار کمتری استفاده کنید چون مصرف غذاهای پر نمک و مایعات زیاد باعث تجمع مایعات در بدن شده، ورم شما را بیشتر کرده و بیماری شما تشدید می یابد.

کد مستند:  
GCC-PA-93-05



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

«بیمارستان امام خمینی (ره) استهبان»

## نارسایی احتقانی قلب

### روش تشخیص و

### مراقبتهای آن

تهیه کننده: جمیله دیندارلو/کارشناس پرستاری

منبع: کتاب پرستاری داخلی-جراحی برونر سوارث/ بیماری های قلب و عروق

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۲

تاریخ تدوین: بهار ۱۳۹۸



\* در صورتیکه در لیست داروهای مصرفی شما داروی دیجوکسین وجود دارد حتما مقدار آن و روزهایی از هفته که نباید از آن استفاده کنید را به خاطر بسپارید. در صورتیکه علائمی مثل افزایش ضربان قلب، ضعیف شدن نبض، تهوع، استفراغ، بی اشتهایی، سر درد، دو بینی، تاری دید، خواب آلودگی و... در شما ایجاد شد به پزشک مراجعه کنید.

\* در صورتیکه از داروهای ادرار آور (مدر) استفاده می کنید به طور مرتب فشار خون خود را چک کنید.

این داروها دفع سدیم و آب از کلیه ها را سرعت می بخشد.

**بر گرفته شده از:**

**کتاب پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث**

**بیماریهای قلب و عروق**

۷- از سرما و گرمای زیاد پرهیز کنید که موجب افزایش کار قلب می شود.

**در صورتیکه هر یک از علائم زیر را داشتید حتما به پزشک یا در مانگاه مراجعه کنید :**

افزایش وزن، کاهش اشتها، تنگی نفس حین

فعالیت، تورم پا، قوزک پا و یا شکم، سرفه مقاوم

\* از اضطراب و استرس و فشار عصبی پرهیز کنید.

\* داروهای خود را روزانه و طبق تجویز مصرف

نمائید و بدون اجازه پزشک داروی خود را کم یا زیاد و یا قطع نکنید.

\* قدم زدن و سایر فعالیتهای خود را به تدریج

افزایش دهید به شرطی که موجب خستگی و تنگی نفس شما نگردد.