

Jeśli szukasz wsparcia innych osób z tą samą diagnozą lub sam chcesz pomóc innym możesz zwrócić się do Krajowego Stowarzyszenia Chorych na Choroby Serca i Płuc (Hjärt- och Lungsjukas Riksförbund), gdzie zaangażować się mogą też krewni chorych na niewydolność serca. Odwiedź ich stronę internetową:
www.hjart-lung.se

Chcesz dowiedzieć się więcej?
www.hjart-lungfonden.se
www.sjukvardsradgivningen.se
www.lakemedelsverket.se
www.apoteket.se
www.fass.se
www.vardguiden.se

Kontakt:

Jeśli masz pytania lub wątpliwości skontaktuj się z pielęgniarką w przychodni kardiologicznej (Hjärtmottagningen) w Södersjukhuset.
Telefon: 08-616 30 20,
poniedziałek-czwartek w godz. 09.00-14.00
piątek w godz. 09.00-11.30


SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 SZTOKHOLM, TEL. 08-616 10 00
AUTOBUSY SL 3, 4, 74, 164 KOLEJ PODMIEJSKA STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE

JEŚLI DOLEGA CI NIEWYDOLNOŚĆ SERCA

INFORMACJA DLA PACJENTA




SÖDERSJUKHUSET

DZIEDZINA KARDIOLOGIA

Co to jest niewydolność serca?

Niewydolność serca nie jest sama w sobie chorobą, a raczej objawem różnego rodzaju chorób serca. W Szwecji 200 000 osób żyje z diagnozą: niewydolność serca. Ryzyko wystąpienia niewydolności serca wzrasta wraz z wiekiem, 10 % 80-latków cierpi na niewydolność serca.

O niewydolności serca mówimy wówczas, gdy funkcja serca jest niewystarczająca w stosunku do potrzeb organizmu. Mięsień serca jest z jakiegoś powodu osłabiony i nie tłoczy dostatecznie mocno krwi do krwiobiegu. Następuje pogorszenie cyrkulacji krwi i mogą powstawać zatory w płucach, jamie brzusznej czy w nogach. Z naczyń krwionośnych może wydostawać się płyn, który gromadzi się następnie w różnych częściach ciała i powoduje trudności w oddychaniu lub obrzęk podudzi.

Jakie są przyczyny niewydolności serca?

Do najczęstszych przyczyn niewydolności serca należą nadciśnienie lub zawał serca. Podczas zawału serca część mięśnia sercowego zostaje uszkodzona i tworzy się w tym miejscu blizna. Ta część mięśnia sercowego zostaje wyłączona z pracy i może nastąpić niewydolność serca. Niewydolność serca może być też spowodowana wadą zastawek sercowych. Krew może wówczas przedostawać się z powrotem do systemu. Podczas migotania przedsionków serce pracuje nierównomiernie i jego wydolność jest gorsza. Mogą też wystąpić schorzenia mięśnia sercowego powodujące pogorszenie jego pracy.

Jakie są najczęstsze dolegliwości?

Niewydolność serca może się objawiać m. in. zmęczeniem, dusznościami podczas wysiłku, obrzękiem nóg lub trudnościami z oddychaniem w pozycji leżącej.

Jak niebezpieczna jest niewydolność serca?

Ponieważ niewydolność serca może wynikać z wielu różnych przyczyn prognozy zależą od pierwotnego schorzenia. Ciężka niewydolność serca to bardzo poważny symptom, wymagający natychmiastowego leczenia. Diagnoza oznacza najczęściej leczenie do końca życia, a w niektórych przypadkach zabieg chirurgiczny. Za pomocą leków można znacznie poprawić prognozy i jakość życia.

Badanie

Zwykle diagnozę można postawić na podstawie historii choroby, wyników badania krwi, prześwietlenia klatki piersiowej i badania USG (echo serca). Echo serca pozwala ocenić siłę pracy serca.

Jak leczy się niewydolność serca?

Niewydolność serca wymaga leczenia farmakologicznego, zwykle do końca życia.

Najczęstsze leki stosowane w niewydolności serca to:

ACE-inhibitory (np. enalapril, ramipril), które obniżają ciśnienie krwi i ułatwiają sercu pompowanie krwi.

Beta blokery (np. metoprolol, bisoprolol, karvedilol), które zwalniają rytm serca i obniżają ciśnienie.

Leki moczopędne (np. furosemid), które pomagają pozbyć się nadmiaru płynów z organizmu

Są to najpopularniejsze leki stosowane w niewydolności serca, jednak istnieją też inne sposoby leczenia w zależności od przyczyn niewydolności. Zapytaj swojego lekarza, czy są leki, których powinieneś unikać, zażywając swoje leki na niewydolność serca. Generalnie w niewydolności serca należy unikać leków przeciwzapalnych, tzw. NSAID (np. ibuprofen i diklofenak).

Co możesz zrobić sam?

Rzucenie palenia jest korzystne zarówno dla serca jak i ciśnienia.

Ogranicz spożywanie płynów do 1,5 litra dziennie. Pijąc zimną wodę lub ssąc kawałki lodu można skutecznie zmniejszyć uczucie pragnienia.

Unikaj dodatkowego solenia potraw.

Aktywność fizyczna dobrze robi na serce. Rehabilitant może pomóc Ci ustalić właściwy dla Ciebie poziom ćwiczeń.

Kontroluj masę ciała, najlepiej codziennie o tej samej porze i w takim samym ubraniu. Stopniowe przybieranie na wadze może być oznaką gromadzenia się płynu w organizmie.

Obserwuj, czy nie pojawiają się nowe obrzęki, większe duszności lub zmęczenie. Mogą oznaczać pogłębienie niewydolności serca, a to może wymagać zmiany leczenia.

Zmniejsz ilość spożywanego alkoholu, duże ilości mogą pogłębić niewydolność serca.