

För dig som vill ha stöd av andra personer med samma diagnos eller engagera dig kan du vända dig till Hjärt- och Lungsjukas Riksförbund, dit även anhöriga till någon med hjärtsvikt är välkommen att engagera sig. Besök deras webbsida på: www.hjart-lung.se

Vill du veta mer?

www.hjart-lungfonden.se
www.sjukvardsradgivningen.se
www.lakemedelsverket.se
www.apoteket.se
www.fass.se
www.varguiden.se

Kontaktuppgifter:

Har du frågor eller funderingar kontakta sjuksköterska på Södersjukhusets hjärtmottagning.

Telefon: 08-616 30 20,
måndag-torsdag kl. 09.00-14.00
fredag kl. 09.00-11.30


SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL 08-616 10 00
SL-BUSS 3, 4, 74, 164 PENDELÅG STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE

TILL DIG SOM HAR HJÄRTSVIKT PATIENTINFORMATION



Producerad: Mars 2008 Fotogruppen SÖS


SÖDERSJUKHUSET

VERKSAMHETSOMRÅDE KARDIOLOGI

Vad är hjärtsvikt?

Hjärtsvikt är inte en sjukdom i sig utan ett symtom på hjärtsjukdom som man kan få vid många olika sjukdomstillstånd. 200 000 personer i Sverige har diagnosen hjärtsvikt. Förekomst av hjärtsvikt ökar med ålder, bland personer som är 80 år har 10 % hjärtsvikt.

Hjärtsvikt uppstår när hjärtats pumpförmåga inte kan möta kroppens behov. Hjärtmuskeln är av någon anledning försvagad och orkar inte pumpa runt blodet i tillräcklig utsträckning. Vid hjärtsvikt försämras cirkulationen och blodstockning uppstår i lungorna, buken eller i benen. Man kan då få ett vätskeutträde ur blodbanan som kan resultera i vätskesamling i kroppen och tar sig uttryck som ökad andfåddhet eller underbensvullnad.

Varför får man hjärtsvikt?

De vanligaste orsakerna till hjärtsvikt är högt blodtryck eller hjärtinfarkt. Vid en hjärtinfarkt skadas ett muskelområde i hjärtat och ombildas till ärrvävnad. Detta område kommer inte att bidra till pumpkraften och hjärtsvikt kan uppstå. Man kan också få hjärtsvikt på grund av fel på hjärtats klaffar. Då kan blodet läcka bakåt i systemet. Vid förmaksflimmer pumpar hjärtat i otakt och pumpförmågan försämras. Man kan också få sjukdom i hjärtmuskeln av andra orsaker som gör att pumpkraften försämras.

Vilka besvär är vanligast?

Hjärtsvikt kan bland annat ta sig uttryck som trötthet, att man blir lättare andfådd vid ansträngning, får bensvullnad eller svårt att andas i liggande läge.

Hur farligt är hjärtsvikt?

Eftersom hjärtsvikt kan bero på många olika orsaker är prognosen beroende av bakomliggande sjukdom. Svår hjärtsvikt är ett mycket allvarligt symtom som kräver omedelbar behandling. Diagnosen innebär oftast livslång medicinering och i enstaka fall kirurgiska ingrepp. Med hjälp av mediciner kan man avsevärt förbättra prognos och livskvalitet.

Utredning

Vanligen kan diagnosen ställas med hjälp av sjukdomshistoria, blodprover, lungröntgen och ultraljud av hjärtat. Med hjälp av ultraljudet kan hjärtats pumpförmåga bedömas.

Hur behandlas hjärtsvikt?

Vid hjärtsvikt krävs mediciner, vanligtvis en livslång behandling. De vanligaste medicinerna vid hjärtsvikt är:

ACE-hämmare (t ex enalapril, ramipril), som sänker blodtryck och underlättar för hjärtat att pumpa runt blodet.

Betablockerare (t ex metoprolol, bisoprolol, karvedilol), som lugnar ner hjärtats puls och sänker blodtrycket.

Vätskedrivande (t ex furosemid), som hjälper kroppen att bli av med överskottsvätska

Ovanstående är de vanligaste medicinerna vid hjärtsvikt, men det kan finnas olika behandlingsalternativ beroende av vad orsaken till hjärtsvikten är. Fråga din läkare om det är några mediciner du ska undvika med just din kombination av mediciner. Generellt ska man undvika antiinflammatoriska läkemedel, NSAID (t ex ibuprofen och diklofenak) vid hjärtsvikt.

Vad kan du göra själv?

Rökstopp är bra för både hjärta och blodtryck.

Begränsa vätskeintag till 1,5 liter vätska per dag. Om man dricker kallt vatten eller suger på en isbit kan man minska törsten mer effektivt. Undvik att salta extra på maten.

Fysisk aktivitet är bra för hjärtat. En sjukgymnast kan hjälpa dig hitta rätt nivå för din träning.

Kontrollera vikten, helst dagligen, vid samma tillfälle på dygnet och med lika mycket kläder på. En långsamt stigande vikt kan vara tecken på att vätska samlas i kroppen.

Var uppmärksam på ökad bensvullnad, ökad andfåddhet eller trötthet. Det kan vara tecken på att hjärtsvikten förvärrats. Medicinändringar kan behöva göras.

Minska intaget av alkohol, ett högt intag kan förvärra hjärtsvikt.