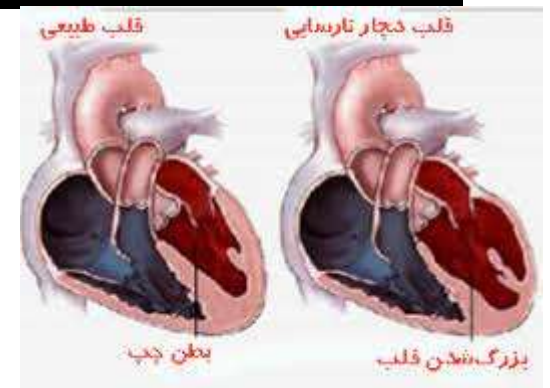


شستشو دهید. البته در صورتی که سدیم موجود در رژیم غذایی کنترل شده و داروها با دقت مصرف شود، معمولاً مصرف مایعات خود به خود تنظیم شده و نیازی به محدودیت شدید مایعات وجود ندارد، مگر اینکه دستور پزشکی خاصی لازم باشد.

جهت بررسی حجم مایعات بدن، هر روز صبح در یک ساعت مشخص وزن خود را کنترل و ثبت نمایید - بسته به نوع داروهایی که تجویز شده است، یک رژیم غذایی با پتاسیم کم یا زیاد ممکن است توصیه شود. مواد غذایی با پتاسیم بالا شامل: موز، مرکبات، سبزیجات برگدار سبز، گوجه فرنگی، خرما، زردآلو، هلو، انجیر و غذاهای دریایی می باشد.

سعی کنید از مواد غذایی با سدیم پایین مانند: مرغ، ماهی، گوشت، برنج، سیب زمینی و ... استفاده کنید و از مصرف غذاهای حاوی سدیم فراوان مانند گوشت نمک سود شده و گوشتهای آماده و غذاهای کنسرو شده، سوسیس، سس ها ادویجات و برخی پنیر ها خودداری نمائید.

داروها:



برخی از داروها برای تنظیم ضربان قلب و فشار خون شما تجویز شده اند، پس به صورت دوره ای، نبض و فشار خون را کنترل کنید. در صورت وجود نبض کمتر از 60 ضربه در دقیقه یا علائم فشار خون پایین (سرگیجه، تاری دید، احساس ضعف شدید، تعریق و ...) به پزشک مراجعه نمائید شاید لازم باشد دوز داروی شما تغییر داده شود.

در صورتی که برای شما دیگوکسین تجویز شده است، لازم است آن را با دقت و طبق دوز تجویز شده مصرف نمائید و علائم مسمومیت با دیگوکسین (ضعف شدید، بی اشتهایی، کاهش ضربان قلب، و مشکلات گوارشی را بشناسید و در صورت بروز علائم به پزشک مراجعه نمائید. ممکن است برای شما داروی ادرار آور تجویز شده باشد، سعی کنید این داروها در ابتدای صبح مصرف شود تا موجب شب ادراری و اختلال در خواب نگردد، وزن و فشار خون خود را روزانه کنترل کنید و جهت جلوگیری از فشار خون وضعیتی به آهستگی تغییر وضعیت بدهید.

برخی از داروهای ادرارآور نگهدارنده پتاسیم و برخی از این داروها دفع کننده پتاسیم هستند. لازم است در خصوص رژیم غذایی که باید در زمان مصرف این داروها رعایت کنید با پزشکتان مشورت نمائید. در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک مراجعه نمائید: گیجی یا خشکی دهان، تشنگی زیاد، تب، کرامپ عضلانی، تهوع، ضعف، خستگی و ...

با توجه به داروهایی که برایتان تجویز شده است لازم است حتما آزمایشات دوره ای و منظم سطح الکترولیت های خون (سدیم و پتاسیم) زیر نظر پزشک معالج انجام شود. از مصرف سیگار و قلیان به شدت اجتناب کنید.

در صورت بروز علائم ادم ریوی (تنگی نفس، سرفه، خلط صورتی، خستگی، بی قراری، افزایش ضربان قلب) و علائم عود نارسایی قلب (بی اشتهایی، افزایش وزن، تنگی نفس حین فعالیت، سرفه مداوم، تورم پاها و شکم و شب ادراری) به پزشک معالجتان مراجعه نمائید.

از رفتن به محل های آلوده و شلوغ و تماس با افراد عفونی خودداری نمائید و در صورت لزوم واکسیناسیون جهت پنومونی و آنفلوآنزا و کرونا انجام شود.

منابع:

- Medical Surgical Nursing - Respiratory Disorders and their Intervention, Andreas Teferra, Published on Nov 4, 2015.
- www. nurseslabs.com, Cardiovascular Care Nursing Mnemonics and Tips, Matt Vera, RN -Jan 13, 2016.
- 10 Congestive Heart Failure Nursing Care Plans Matt Vera, RN -Jul 14, 2013.



نارسایی قلبی

نارسایی قلبی	عنوان
معصومه اکبری	تهیه کننده
سر پرستار	سمت
کمیته آموزش به بیمار	تایید کننده
زمستان 1401	سال تهیه
واحد آموزش	ناظر کیفی
دکتر چهره ور	مسئول علمی بخش:

