

نارسایی قلبی :

زمانی که قلب قدرت و قابلیت خود را برای پمپاژ خون کافی به درون رگهای بدن از دست می دهد نارسایی قلبی ایجاد می شود. معمولاً کاهش قدرت قلب در انتقال خون به رگها نشان دهنده یک بیماری زمینه ای مانند اختلالات عروق کرونر می باشد. معمولاً در این حالت قلب بطور ناگهانی دچار ایست فعالیت نمی شود بلکه در دراز مدت دچار این عارضه شده و بتدریج قابلیت فعالیت کافی و سودمند را از دست می دهد. بسیاری از بیماران از این اختلال آگاهی نمی یابند تا زمانی که علائم بیماری سالها پس از شروع بیماری تظاهر نماید. شدت و حدت بیماری به میزان ظرفیت از دست رفته قلب بستگی دارد. البته به طور طبیعی هر شخصی مقداری از ظرفیت فعالیت قلبی خود را به مرور زمان از دست می دهد ولی میزان کاهش قدرت و ظرفیت پمپاژ قلبی در نارسایی قلبی بطور قابل توجهی کاهش می یابد. نارسایی قلبی می تواند ناشی از یک ایست قلبی یا بیماری زمینه ای باشد.

شدت بیماری، نوع زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می دهد. نارسایی قلبی خفیف تأثیر کمی بر روی فعالیت های روزانه شخص دارد ولی نارسایی شدید قلبی می تواند فعالیت های جزئی روزانه را نیز متأثر نموده و حتی مرگبار باشد. البته درمان این بیماری کاملاً حیات بخش بوده و فعالیت های فرد را برمی گرداند.

شایان ذکر است تمام انواع نارسایی قلبی حتی خفیف ترین آن تهدید کننده های جدی سلامت شخص هستند

که باید درمان شوند. برای بهبود وضعیت زندگی، شخص بیمار باید علائم بیماری خود را مورد ارزیابی دقیق قرار دهد، پزشک خود را بطور منظم از بیماری خود مطلع نماید و بطور دقیق درمان ها را انجام دهد. نارسایی قلبی حدود یک درصد از افراد بالای ۵۰ سال و حدود ۵ درصد افراد بالای ۷۵ سال را درگیر می کند.



علائم شایع :

باید توجه داشت که بسیاری از علائم منحصرأ مربوط به نارسایی قلبی نمی باشند و با بعضی از بیماری های دیگر قلب مشترک هستند.

* یکی از مهم ترین علائم **تنگی نفس** می باشد که احتمالاً بعلت وجود مایع زیاد در ریه ها می باشد. تنگی نفس ممکن است در حالت استراحت یا فعالیت بوجود آید.

* **خستگی و ضعف**

* ادم که منجر به تورم اندام و گاهی شکم می شود.

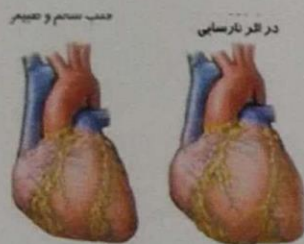
* **سرفه طولانی و ممتد** (همراه با خلط خونی و صورتی)
* **برجسته شدن سیاهرگهای گردن**
* **کاهش فشار خون**
* **بزرگ شدن کبد**

لازم به ذکر است یک قلب طبیعی در ابتدای امر تلاش می کند تا مشکلات ناشی از نارسایی را جبران نماید تا علائم زیادی تظاهر ننماید. این جبران به سه شکل صورت می گیرد:

۱- **بزرگی خود قلب**، که منجر به ورود خون بیشتر به قلب می شود و در نتیجه پمپاژ خون بیشتر می شود.

۲- **افزایش ضخامت فیبرهای عضلانی قلب**، تا عضلات قلبی تقویت شده و با قدرت بیشتری پمپ نمایند.

۳- **افزایش ضربان قلب**



با این جبران ذکرشده، قلب بطور موقت نارسایی ظرفیت خود را جبران می نماید که گاهی تا سالیان سال طول می کشد.

بطور کلی هدف از درمان عبارت است از بهبود کار پمپ قلب به منظور افزایش کیفیت و طول زندگی بیمار با کمک تغییرات روش زندگی و استفاده از داروها. داروهای مختلفی بدین منظور مورد استفاده قرار می گیرند که عبارتند از:

- داروهای ادرارآور (دیورتیک) برای کاهش مایع در بدن و ورم اندامها و بافت ها و کاهش فشارخون.
- استفاده از داروهای تقویت و تنظیم ضربان قلب و داروهای دیگر



تقویت : سوپر وایزر آموزشی
مدیریت آموزش و پژوهش
بیمارستان شهید محلاتی تبریز

✓ جاقی

✓ رژیم پرچرب و پر نمک

وجود یک عامل خطر ساز به تنهایی کافیست تا تارسایی قلبی ایجاد شود. اما ترکیب این عوامل به شدت خطر را افزایش می دهد.

نوسه های مهم :

- ۱- طبیعتاً رعایت دستورات تغذیه ای، اجتناب از دخانیات و عدم استفاده از الکل از موارد مهم به حساب می آیند.
- ۲- بطور مرتب به پزشک مراجعه نمایید و تحت معاینات منظم قرار بگیرید. از کنترل وزن غفلت ننمایید.
- ۳- باید توجه داشت که پس از ابتلا به تارسایی قلبی حتی با رعایت بسیاری از نکات بالا ممکن است کماکان بیماری پیشرفت نماید و طبیعتاً پیشگیری به مراتب بهتر از درمان است.

تشخیص و درمان :

پزشکان برای تشخیص تارسایی قلبی از شرح حال کامل و تاریخچه گذشته بیمار بنحو احسن استفاده می نمایند و وجود علائمی نظیر خستگی و ضعف، تنگی نفس و جاقی می تواند به آنها کمک شایانی نماید. صداهای قلبی نیز کمک زیادی در تشخیص می نمایند.

البته پزشکان برای رسیدن به تشخیص ممکن است از راهها و ابزارهای مختلف استفاده نمایند. نوار قلبی، اکوکاردیوگرافی بعضی از این ابزار هستند. درمان بسیاری از بیماری های زمینه ای مانند پیرکاری تیروئید و کم خونی از طریق داروها و درمان اختلالات دریچه ای بصورت جراحی می تواند تارسایی قلبی را به حالت اولیه بازگرداند. البته به شرطی که تخریب ماهیچه های قلبی ایجاد نشده باشد.

باید توجه داشت که این جریان حدود مشخصی دارد و پس از مدتی علائم تارسایی ظاهر خواهند شد. بعضی از بیماری های زمینه ای مانند پیرکاری تیروئید و کم خونی شدید ممکن است تارسایی قلبی را تشدید نمایند. همانطور که اشاره شد بطور طبیعی در روند افزایش سن، قلب مقداری از ظرفیت پمپاژ خود را از دست می دهد.

علائم :

- حمله قلبی، بیماری های عروق کرونر قلب
- ضریان های ناسطع قلب
- هر عاملی که باعث افزایش غیرطبیعی ضخامت دیواره های قلبی شود.
- بیماری های دریچه ای قلب
- فشارخون بالا احتمال ابتلا به تارسایی قلبی را ۲۰۰ درصد افزایش می دهد.
- بیماری های مادرزادی قلب
- پیرکاری تیروئید
- عفونت ها



عوامل افزایش دهنده خطر :

- ✓ دیابت: یکی از مهمترین عوامل افزایش دهنده خطر
- ✗ مصرف دخانیات
- ✓ الکل