

Insuficiența cardiacă

Insuficiența cardiacă este o boală în care inima dvs. nu poate pompa sânge în corp așa cum ar trebui. Asta nu înseamnă că inima dvs. s-a oprit dar ați putea avea nevoie de sprijini pentru ca aceasta să poată să funcționeze mai bine.

Ce găsiți pe această pagină?

Care sunt simptomele insuficienței cardiace?

Ce cauzează insuficiența cardiacă?

Cum se face diagnosticul?

Ce este insuficiența cardiacă cu fracție de ejecție conservată?

Care sunt simptomele insuficienței cardiace?

Care sunt tratamentele pentru insuficiența cardiacă?

Cum îmi tratez insuficiența cardiacă?

Insuficiența cardiacă și viitorul meu

Dispoziția și insuficiența cardiacă

Care sunt simptomele insuficienței cardiace?

Când inima dvs. nu pompează sânge cum ar trebui, înseamnă că nu primiți destul oxigen. Aceasta afectează modul în care corpul dvs. funcționează, incluzând respirația și mușchii. Aceasta cauzează unele din simptomele principale ale insuficienței cardiace, cum ar fi:

- leșin sau amețală
- oboseală foarte accentuată sau slăbiciune în repaus ce devine mai mare la mișcare
- tuse persistentă nouă
- respirație întretăiată la mișcare ori repaus
- umflături ale picioarelor și gleznelor către partea de jos a corpului.

Trebuie să mergeți la doctorul de familie imediat ce experimentați oricare din aceste simptome. Dacă aveți dificultăți în respirație sau dureri în piept, sunați la 999 pentru asistența medicală imediată.

Ce cauzează insuficiența cardiacă?

Există multe motive pentru care puteți dezvolta insuficiență cardiacă. Aceasta poate avea loc brusc sau poate să se dezvolte încet de-a lungul lunilor sau anilor. Cele mai comune cauze ale insuficienței cardiace sunt:

- un atac de cord, acesta poate cauza vătămare a inimii pe termen lung, afectând modul în care inima dvs. poate pompa sânge
- cardiomiopatia, o boală a mușchiului inimii ce poate fi moștenită sau cauzată de infecții sau sarcină
- tensiune arterială ridicată, aceasta pune presiune pe inimă, ceea ce poate duce la insuficiență cardiacă în timp.

Alte cauze ale insuficienței cardiace includ:

- ritm cardiac anormal (aritmie), când inima dvs. bate prea repede, prea încet sau neregulat
- amiloidoza, o depozitare de proteine anormale (formând lucruri ca mușchii sau părul) în organe cum ar fi inima sau țesuturile. Când afectează inima, se numește amiloidoza cardiacă sau "sindromul inimii rigide" și poate duce la insuficiența cardiacă
- anemie, o lipsă de celule roșii ce poartă oxigen în sânge
- boală de inimă moștenită, diferite probleme cardiace cu care vă nașteți
- endocardita, o infecție virală ce afectează mușchiul inimii
- afecțiune a valvei inimii, când sângele are dificultăți în a curge prin inimă în mod normal, punând presiune în plus pe mușchi
- hipertensiune pulmonară, tensiune arterială mare în vasele de sânge ce duc la plămâni. Această boală poate afecta partea dreaptă a inimii dvs. ducând la insuficiența cardiacă
- unele tratamente pentru cancer, cum ar fi chimioterapia
- afecțiunea glandei tiroide, o glandă sub-activă sau supra-reactivă ce produce prea puțini sau prea mulți hormoni
- prea mult alcool (mai mult decât limita recomandată de 14 unități pe săptămână).

Cum se pune diagnosticul?

Doctorul dvs. vă va întreba despre trecutul dvs. medical, simptome și vă va examina. Puteți fi trimis pentru teste cum ar fi:

- EKG de 24 de ore, în unele cazuri puteți avea nevoie de acest test ce înregistrează ritmul, rata și activitatea electrică a inimii dvs. pe o perioadă mai lungă
- raze X pentru a se verifica dacă exista fluid în plămâni sau dacă o boala de plămâni cauzează simptomele
- o ecocardiogramă, scanare a inimii dvs. pentru a se vedea cum funcționează

- teste de sânge pentru a se verifica starea dvs. de sănătate generală și pentru semne ale unei probleme cu inima dvs
- teste de respirație pentru a se vedea dacă o problemă a plămânilor cauzează întretăierea respirației.

Ce este insuficiența cardiacă cu fracție de ejeție conservată(HFpEF)?

Doctorul dvs. poate vă va vorbi despre "fracția de ejeție păstrată" legată de inima dvs. Aceasta are legătură cu nivelul de sânge pompat afară din camera principală a inimii la fiecare bătaie. Se măsoară de obicei în procentaje, peste 50% este considerat normal. Fracția de ejeție este măsurată prin ecocardiogramă.

Insuficiența cardiacă poate fi pusă în grupuri diferite, depinzând de fracția dvs. de ejeție. Depinzând de procentajul măsurat și alte teste, insuficiența dvs. cardiacă poate fi clasată după cum urmează:

- cu fracție de ejeție păstrată (HFpEF) - >50%)
- cu fracție de ejeție ușor redusă (>40% - 49%)
- cu fracție de ejeție redusă (<40%).

Care sunt stagiile insuficienței cardiace?

Există patru stagii sau clase ale insuficienței cardiace. Aceste stagii descriu cât de gravă este insuficiența cardiacă. Când vi se dă diagnosticul, doctorul dvs. vă poate spune în ce stadiu sunteți, bazat pe simptomele pe care le aveți. Stagiile unei insuficiențe cardiace sunt:

- Stagiul 1 nu aveți simptome în timpul activităților zilnice.
- Stagiul 2 vă simțiți normal când vă odihniți, dar activitatea fizică vă cauzează simptome.
- Stagiul 3 vă simțiți normal când vă odihniți, dar puțină activitate fizică vă cauzează simptome.
- Stagiul 4 nu puteți face nici o activitate fizică fără a avea simptome și vă puteți simți neconfortabil în timp ce vă odihniți.

Ce tratamente există pentru insuficiența cardiacă?

Nu există cură pentru insuficiența cardiacă, dar tratamentele disponibile pot trata simptomele și îmbunătăți calitatea vieții dvs. Doctorul dvs. va discuta opțiunile de tratament cu dvs, depinzând de stagiul diagnosticului.

Tratamentele pentru insuficiența cardiacă pot include:

- Un stimulator cardiac sau ICD, stimulatorul ajută la controlarea bătailor inimii pentru a reduce presiunea asupra inimii. Un ICD detectează și tratează bătaile inimii care sunt periculoase și neregulate.
- Chirurgia cardiacă pentru îmbunătățirea fluxului de sânge către inimă sau să repare/înlocuiască o valvă defectuoasă care pune presiune pe inimă.
- Tratament care să protejeze și să îmbunătățească funcționarea inimii, să îmbunătățească simptomele și să reducă acumularea fluidelor.

Cum îmi tratez insuficiența cardiacă?

Este important să urmați îndrumările doctorului dvs. și să luați tratamentul prescris. Făcând schimbări în stilul dvs de viață este un alt fel de a vă îmbunătăți sănătatea. Schimbări pe care le-ați putea încerca:

- Să vă mențineți activ, lucru dovedit a spori energia, pentru un somn bun și o bună calitate a vieții.
- Menținerea unei greutăți și diete sănătoase, ajutându-vă în privința sănătății dvs. generale și prevenirea sarcinilor în plus asupra inimii dvs.
- Limitarea cantității de alcool (mai puțin de 14 unități recomandate pe săptămână), scăzând riscul de a avea ritm cardiac anormal, tensiune arterială ridicată și afecțiuni cum ar fi atacul cerebral, probleme ale ficatului și unele tipuri de cancer.
- Renunțarea la fumat și folosirea altor produse din tutun, reducând riscul de a dezvolta boli de inimă și circulatorii.
- Monitorizarea cantității de fluide pe care le beți în fiecare zi dacă sunteți sfătuit să faceți acest lucru de echipa dvs. medicală.
- Cântărindu-vă regulat. Creșterea bruscă în greutate înseamnă o acumulare de lichide prea mare în corp și trebuie tratată.
- Ducând o viață mai sănătoasă poate fi dificil la început, dar acest lucru este important pentru calitatea generală a vieții dvs.

Insuficiența cardiacă și viitorul meu

Nu există cură pentru insuficiența cardiacă. Acest lucru poate fi deranjant și poate ridica motive de îngrijorare privind speranța dvs. de viață. Dacă există motive pentru care să vă îngrijorați, discutați cu medicul dvs. de familie sau un specialist în insuficiența cardiacă din echipa medicală. Ei vă vor explica la ce să vă așteptați în timpul tratamentului și vă vor oferi îndrumarea și sprijinul de care aveți nevoie.

Conversațiile despre speranța de viață și moarte pot fi dificile. Este posibil să aveți nevoie să discutați de lucruri cum ar fi îngrijirea, banii și testamentele.

Aranjând aceste lucruri când vă simțiți destul de bine poate ajuta să vă aducă dvs. și celor dragi liniște.

Dispoziția și insuficiența cardiacă

Unii oameni găsesc că e foarte dificil să trăiască cu nesiguranța de a avea insuficiență cardiacă. Aflând mai multe lucruri despre afecțiunea dvs. și implicându-vă în luarea deciziilor legate de tratament vă va ajuta să simțiți că puteți controla această situație mai bine și v-ar putea elibera de anxietate. De asemenea, este important să discutați despre îngrijorările dvs. cu familia și prietenii apropiați și echipa specializată în insuficiența cardiacă, așa încât ei să vă poată ajuta.

Stresul afectează oamenii în diferite moduri. Persoanele ce nu își țin stresul bine sub control pot ajunge să aibă obiceiuri nesănătoase cum ar fi fumatul, consumul de alcool sau de alimente nesănătoase.

Cunoscând ce declanșează stresul, vă poate ajuta să tratați problema. Găsind moduri sănătoase de a face față stresului și învățând să vă relaxați vă poate ajuta să gestionați aspectul insuficienței dvs. cardiace.

Puteți avea încredere în informațiile noastre de sănătate.

Am respectat un proces în opt etape pentru a ne asigura că acest document este fiabil, exact și de încredere.



bhf.org.uk

© British Heart Foundation 2024, organizație caritabilă înregistrată în Anglia și Țara Galilor (225971) și în Scoția (SC039426).

Această traducere a fost susținută de Royal Mail în parteneriat cu British Heart Foundation.