



مرکز آموزشی و درمانی قلب سیدالشهداء (ع)

Code:10PE

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۲/۶/۱

مراقبت در منزل بیماران نارسایی قلبی

- ✓ داروهای تجویز شده را تهیه نموده و از پرستار خود نحوه استفاده را سوال نمائید.
- ✓ پزشک برای تقویت قلب شما یا جهت دفع آب اضافی بدن به شما قرص های مخصوص ادرار آور تجویز می کند که به هیچ وجه نباید خودسرانه قطع شوند.
- ✓ روزانه صبح قبل از صبحانه خود را وزن کنید تا از عدم افزایش وزن خود مطلع شوید.
- ✓ از اضطراب و افزایش وزن پیشگیری کنید .
- ✓ قبل از خروج از بیمارستان با برگه خلاصه پرونده به درمانگاه مراجعه نموده و برای ویزیت بعدی خود اخذ نوبت نمائید.
- ✓ ویزیت دوره ای را فراموش نکنید و قبل اتمام داروها وقت بگیرید.

علائم هشدار

در صورت مشاهده علائم زیر فوراً به مرکز درمانی مراجعه کنید)

- ❖ تنگی نفس در حالت خواب و استراحت
- ❖ افزایش ضربان قلب یا احساس طپش قلب و بی نظمی که سبب سرگیجه و سبکی سر شود
- ❖ سرفه همراه با خلط کف آلود یا صورتی
- ❖ کاهش یا افزایش وزن بیش از ۲ کیلوگرم در هفته
- ❖ کاهش میزان ادرار روزانه
- ❖ تورم در دست و پا و زانو یا شکم

رژیم غذایی

- محدودیت مایعات و نمک (برای پیشگیری از تجمع سدیم و جذب مایع اضافی) که سبب افزایش کار قلب میشود
- پرهیز از FAST FOOD ها، نوشابه ها، دوغ و آبمیوه های صنعتی و حذف نمکدان از سفره
- رژیم غذایی سالم (کم چرب، بدون نمک ، مایعات کم) استفاده نمائید
- مصرف آبمیوه طبیعی و ادویه های گیاهی بدون نمک
- در صورت امکان توزین روزانه و اندازه گیری مایعات دریافتی و ادرار در ۲۴ ساعت از ایجاد تورم و تنگی نفس پیشگیری می کند(مصرف مایعات در حد رفع تشنگی بصورت روزانه)



مرکز آموزشی و درمانی قلب سیدالشهداء (ع)

Code:10PE

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۲/۶/۱

فعالیت بدنی

- فعالیت عادی در حد تحمل و افزایش تدریجی آن
- پیاده روی روزانه از ۵ دقیقه تا ۳۰ دقیقه
- پرهیز از هوای خیلی سرد و گرم و آلوده
- استحمام کوتاه با استفاده از یک چهارپایه با آب ولرم
- فعالیت جنسی دوساعت بعد از غذا و کار سنگین

نام و نام خانوادگی بیمار:

تاریخ مراجعه بعدی:

واحد آموزش سلامت مرکز آموزشی و درمانی فوق تخصصی قلب سیدالشهدا

واحد آموزش سلامت