



SPZOZ- ZZ
w Makowie Maz.

ZALECENIA PIELEŃNIARSKIE WSKAZANIA DLA PACJENTA Z NIEWYDOLNOŚCIĄ SERCA

Wydanie 1
z dnia 04.01.2022 r.
strona 1

Niewydolność serca jest określana epidemią XXI wieku. Występuje u 2-3% osób w Polsce szczególnie dotyczy osób po 75 roku życia.

To stan w którym chore serce nie jest w stanie prawidłowo pompować krwi i dostarczyć organizmowi odpowiedniej ilości krwi zawierającej tlen i substancje odżywcze.

Przyczyną uszkodzenia serca może być na przykład zawał serca, nadciśnienie tętnicze, choroba zastawek, choroby wrodzone, nadużywanie alkoholu. Początkowo choroba ujawnia się podczas wysiłku a jej postęp może powodować objawy spoczynkowe.

To poważne schorzenie ale postęp w medycynie doprowadził do znacznego zwiększenia skuteczności terapii.

Do objawów niewydolności serca należą:

- Dusznosc
- Osłabienie i łatwe męczenie się nawet przy niewielkim wysiłku
- Obrzęki
- Powiększenie obwodu brzucha i szybki wzrost masy ciała
- Przyspieszenie pracy serca i zaburzenia rytmu
- Wymuszczenie i utrata masy ciała

Kluczem do prawidłowej samokontroli jest umiejętność rozpoznawania lub dostrzegania nasilenia się tych objawów oraz odpowiedniego na nie reagowania.

Ważne jest przestrzeganie wszystkich zaleceń lekarskich oraz regularne przyjmowanie leków.

W leczeniu pacjentów z niewydolnością serca ważne są 3 elementy:

- zmiana stylu życia obejmująca stosowanie odpowiedniej diety oraz aktywności fizycznej,
- leczenie przyczynowe (zabiegowe i/lub farmakologiczne)
- oraz objawowe (farmakologiczne).

Monitorowanie i rozpoznawanie zmian w zakresie objawów:

- WYKONUJ CODZIENNIE POMIARY CIŚNIENIA TĘTNICZEGO i TĘTNA. Jeżeli ciśnienie jest niskie <85mm Hg skontaktuj się z lekarzem prowadzącym!

- Modyfikacja i leczenie moczopędne i przyjmowanie płynów zgodnie z zaleceniami specjalistów, możliwość zwiększenia dawki leków moczopędnych i/lub powiadomienia zespołu leczącego w przypadku nasilenia duszności lub obrzęków lub gwałtownego, niespodziewanego przyrostu masy ciała > 2 kg w ciągu 3 dni, codzienna kontrola diurezy i masy ciała.

- Unikanie nadmiernego przyjmowania płynów

- Rozpoznawanie zmiany zapotrzebowania na płyny: zwiększanie podaży w okresie wysokich temperatur i nadmiernej wilgotności, nudności/wymiotów. Należy rozważyć możliwość restrykcji płynowej do 1,5–2 l/dzień w przypadku ciężkiej niewydolności serca w



SPZOZ- ZZ
w Makowie Maz.

ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE WSKAZANIA DLA PACJENTA Z NIEWYDOLNOŚCIĄ SERCA

Wydanie 1
z dnia 04.01.2022 r.
strona 2

celu zmniejszenia objawów i zastoju

- Monitorowanie masy ciała i zapobieganie niedożywieniu
- Zdrowe odżywianie, unikanie nadmiernego spożycia soli (6 g/dzień) i zachowanie odpowiedniej masy ciała
- Unikanie nadmiernego spożycia alkoholu lub abstynencja, zwłaszcza w przypadku kardiomiopatii alkoholowej
- Zaprzestanie palenia tytoniu i przyjmowania substancji psychoaktywnych
- Podejmowanie regularnych ćwiczeń fizycznych prowadzących do łagodnego lub umiarkowanego uczucia braku tchu
- Wykonywanie szczepień przeciwko grypie i chorobom pneumokokowym, Covid

Przyjmując leki przestrzegaj sześciu poniższych wskazówek:

- Przyjmuj wszelkie leki zgodnie z przepisem lekarza. Nie przestawaj przyjmować żadnych leków z własnej inicjatywy.
- Nie przyjmuj żadnych leków, nawet dostępnych bez recepty i alternatywnych suplementów ziołowych ze względu na możliwe interakcje
- Zawsze miej przy sobie listę swoich leków.
- Aby nie zabrakło Ci leków, odnawiaj swoje recepty z wyprzedzeniem.

Opracowanie:	mgr pielęgniarstwa Renata Załuska
Konsultacja:	lek. med. Marta Jackiewicz – specjalista chorób wew. diabetolog
Literatura:	1. Wytyczne ESC dotyczące diagnostyki i leczenia ostrej i przewlekłej niewydolności serca w 2016 roku. Kardiologia Polska 2016; 74, 10: 1037–1147; DOI: 10.5603/KP.2016.0141 2. http://www.slabeserce.pl/