

## ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΤΕΙ Η ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ;

**ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ.** Μπορεί να χρησιμοποιηθούν διάφορες ομάδες φαρμάκων. Η επιλογή τους εξαρτάται από τα συμπτώματα, την πιθανή παρουσία άλλων παθήσεων και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του κάθε ανθρώπου.



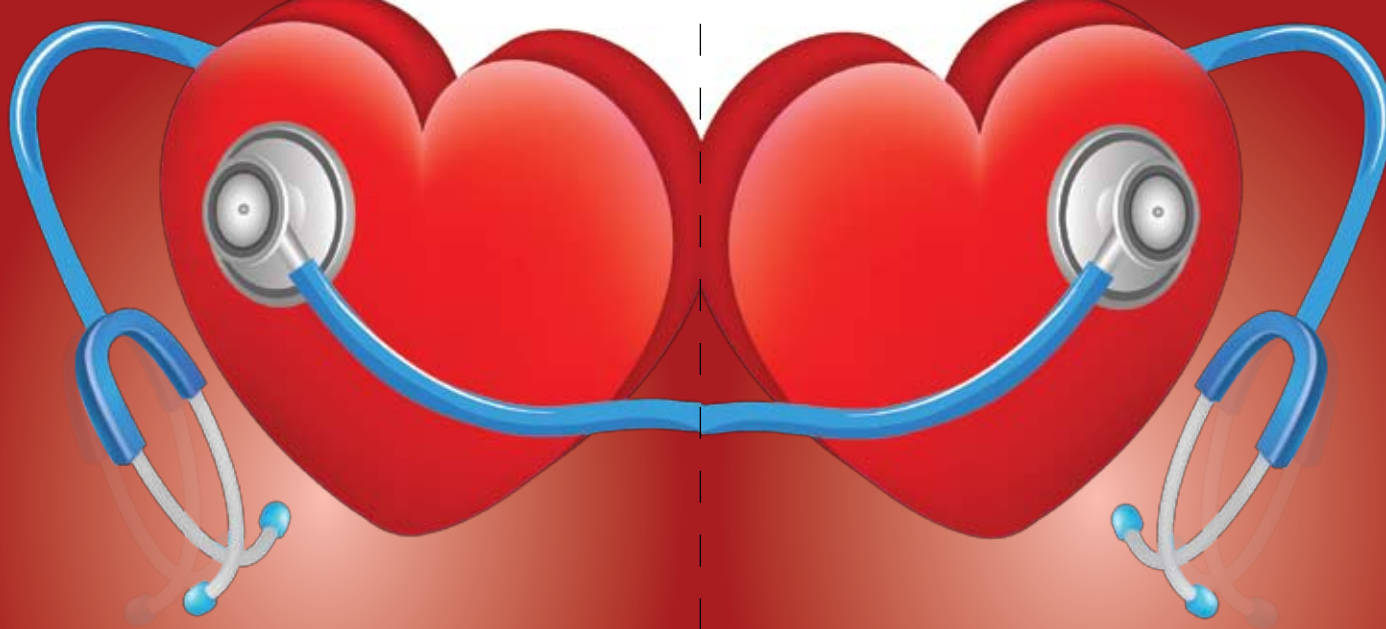
**ΒΗΜΑΤΟΔΟΤΕΣ.** Όταν παρουσιάζονται συγκεκριμένου τύπου αρρυθμίες ή αλλοιώσεις στο ηλεκτροκαρδιογράφημα, μπορεί να χρησιμοποιηθούν ειδικές συσκευές που εμφυτεύονται στο σώμα και ονομάζονται βηματοδότες. Με τη χρήση τους επιδιώκεται η μείωση των συμπτωμάτων ή και η αύξηση της διάρκειας ζωής των ασθενών.

**ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ.** Η καρδιακή ανεπάρκεια είναι μία κατάσταση η οποία εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από τον τρόπο ζωής. Είναι πολύ σημαντικό να **περιορίζεται η πρόσληψη άλατος** μέσω της διατροφής.



Επίσης, η συνολική ποσότητα των **υγρών** που καταναλώνονται κάθε μέρα πρέπει στις περισσότερες περιπτώσεις να κυμαίνεται μεταξύ 1,5 και 2 λίτρων για τους περισσότερους ασθενείς. Συνήθειες όπως η υπερκατανάλωση **αλκοόλ** και το **κάπνισμα** μπορούν να επιβαρύνουν την κατάσταση κάποιου που πάσχει από καρδιακή ανεπάρκεια.

**ΕΛΕΓΞΕΣ ΤΗΝ  
ΚΑΡΔΙΑ ΣΟΥ;**



**ΕΛΕΓΞΕΣ ΤΗΝ  
ΚΑΡΔΙΑ ΣΟΥ;**

ΗΜΕΡΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑΣ

ΜΕΤΡΗΣΗ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ

[www.heartfailurematters.org](http://www.heartfailurematters.org)



Bayer

DISTRIBUTOR

NOVAGEM

Χορηγός

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ;

Η καρδιακή ανεπάρκεια είναι μία σοβαρή πάθηση κατά την οποία η καρδιά δεν μπορεί να αντλήσει το αίμα στην κυκλοφορία τόσο καλά όσο θα έπρεπε, με αποτέλεσμα να συσσωρεύονται υγρά στους πνεύμονες και σε άλλα μέρη του σώματος. Όμως, εάν αναγνωριστεί και αντιμετωπιστεί έγκαιρα, οι ασθενείς μπορούν να ζήσουν μία ζωή κανονικής διάρκειας και καλής ποιότητας. Η καρδιακή ανεπάρκεια συνήθως οφείλεται σε κάποια άλλη πάθηση που έχει (ή που πέρασε) ο ασθενής η οποία μπορεί να βλάψει απευθείας την καρδιά ή να την επιβαρύνει με επιπλέον όγκο αίματος.

## ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑΣ



**ΔΥΣΠΝΟΙΑ:** Η καρδιακή ανεπάρκεια μπορεί να οδηγήσει σε συσσωρευση υγρών στους πνεύμονες, γεγονός που προκαλεί δύσπνοια. Στα αρχικά στάδια μπορεί να παρουσιάζεται μόνο μετά από κόπωση, αλλά αργότερα μπορεί να εμφανίζεται και κατά την ανάπαυση. Ένα ιδιαίτερα χαρακτηριστικό στοιχείο είναι ότι μπορεί να παρουσιάζεται κατά τις βραδινές ώρες (ή γενικά όταν ο ασθενής ξαπλώνει) και να ανακουφίζεται από τη χρήση επιπλέον μαξιλαριών ούτως ώστε ο ασθενής να ξαπλώνει σχεδόν σε καθιστή θέση.

Οι ασθενείς με καρδιακή ανεπάρκεια παρουσιάζουν πολύ συχνά απότομη **ΑΥΞΗΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΣ ΒΑΡΟΥΣ** λόγω της συσσωρευσης υγρών στο σώμα τους.



**ΦΟΥΣΚΩΜΑ ΣΤΑ ΠΟΔΙΑ.** Τα συσσωρευμένα υγρά μπορούν να προκαλέσουν φούσκωμα (οίδημα), κυρίως στους αστραγάλους. Το φούσκωμα μπορεί να επεκτείνεται και πιο ψηλά στα πόδια, ακόμα και στην κοιλιά.

**ΑΝΟΡΕΞΙΑ.** Η συσσωρευση υγρών στο συκώτι, στο στομάχι και στα έντερα προκαλεί αίσθηση φουσκώματος στην κοιλιά. Για το λόγο αυτό οι ασθενείς με καρδιακή ανεπάρκεια μπορεί να μην έχουν όρεξη για φαγητό.



**ΝΥΚΤΕΡΙΝΗ ΟΥΡΗΣΗ.** Όταν κάποιος που πάσχει από καρδιακή ανεπάρκεια ξαπλώσει το βράδυ, επιστρέφουν στην κυκλοφορία του τα υγρά που μαζεύτηκαν στα πόδια του κατά τη διάρκεια της ημέρας. Τα υγρά αυτά αποβάλλονται με την ούρηση με αποτέλεσμα ο ασθενής να χρειάζεται να ουρεί συχνά κατά τη διάρκεια της νύκτας.



**ΚΟΠΩΣΗ/ΚΑΤΑΒΟΛΗ.** Η καρδιά δεν παρέχει αρκετό οξυγόνο και θρεπτικά στοιχεία στους μυς μέσω της κυκλοφορίας. Επομένως, οι μυς μπορεί να κουράζονται πολύ πιο εύκολα.



**ΖΑΛΗ.** Οι αρρυθμίες (οι οποίες είναι συχνές στην καρδιακή ανεπάρκεια), η προσωρινή και απότομη πτώση της πίεσης όταν κάποιος σηκώνεται από την καθιστή ή τη ξαπλωτή στην όρθια θέση καθώς επίσης και τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται μπορούν να προκαλέσουν ζάλη.



**ΤΑΧΥΚΑΡΔΙΑ.** Στην προσπάθεια της να καλύψει την αδυναμία της και να διατηρήσει σταθερή τη ροή αίματος προς την κυκλοφορία η καρδιά μπορεί να κτυπά γρηγορότερα.



## ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ Η ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ;

Η καρδιακή ανεπάρκεια μπορεί να προκληθεί από άλλα προβλήματα που υπάρχουν (ή υπήρξαν) στον ασθενή, τα οποία βλάπτουν άμεσα ή έμμεσα την καρδιά.

Το **ΕΜΦΡΑΓΜΑ ΜΥΟΚΑΡΔΙΟΥ** είναι η συχνότερη αιτία καρδιακής ανεπάρκειας.

## Η ΨΗΛΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗ ΠΙΕΣΗ (ΥΠΕΡΤΑΣΗ)

αναγκάζει την καρδιά να κτυπά πιο δυνατά από ότι συνήθως για να διατηρήσει την κυκλοφορία του αίματος. Το γεγονός αυτό αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρδιακής ανεπάρκειας.



## ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΒΑΛΒΙΔΩΝ, ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΜΥΟΚΑΡΔΙΟΥ ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΕΙΣ ΚΑΡΔΙΟΠΑΘΕΙΕΣ. ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΕΣ, ΝΕΦΡΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΛΛΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ.

Όταν πάσχουν οι πνεύμονες, το οξυγόνο στο αίμα μειώνεται και η καρδιά αναγκάζεται να δουλέψει περισσότερο για να παραδώσει το απαραίτητο οξυγόνο στο σώμα, κάτι που μπορεί να προκαλέσει καρδιακή ανεπάρκεια. Καταστάσεις όπως οι λοιμώξεις, η αναιμία, οι αρρυθμίες, ο διαβήτης και ο υπερθυρεοειδισμός μπορούν να επιβαρύνουν την καρδιακή ανεπάρκεια.

## ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑΣ;

Οι συνήθεις εξετάσεις περιλαμβάνουν: τη λήψη του ιατρικού ιστορικού, τη φυσική εξέταση, το ηλεκτροκαρδιογράφημα, τις αναλύσεις αίματος, την ακτινογραφία θώρακος και το υπερηχοκαρδιογράφημα (ECHO). Φυσικά, ανάλογα με την περίπτωση, μπορεί να χρειαστούν και κάποιες επιπλέον εξετάσεις.

