

Kedves Betegünk!

Örülünk, hogy az állapota már engedi a hazatérést. A sürgősségin munkatársaink segítettek eltávolítani a szervezetében felgyülemlett felesleges folyadékot, ami a nehézlégzést és a vizesedést okozta. A szívelégtelenség azonban egy krónikus állapot, ami otthon is folyamatos és szigorú odafigyelést igényel, hogy elkerülje az állapotromlást vagy az újabb kórházi kezelést.

Biztonság és egyensúly otthon

A legfontosabb cél most a szív tehermentesítése és a folyadék egyensúly megtartása:

- A súlykontroll az első: Minden reggel, vécéhasználat után, de még reggeli előtt mérje meg a testsúlyát, és jegyezze fel egy füzetbe! Ha azt látja, hogy 2-3 nap alatt több mint 2 kilogrammot hízott, az nem zsír, hanem víz. Ilyenkor azonnal hívja házi orvosát, ne várja meg, amíg fulladni kezd!
- Folyadék és só: Ügyeljen a folyadékbevitelre! Ne igyon többet, mint amennyit az orvosa javasolt (általában napi 1,5-2 litert). Jelentősen csökkentse a sóhasználatot, mert a só megkötöti a vizet a testében, ami megterheli a szívét.
- Gyógyszerszedés: A felírt vízhajtókat és szívgyógyszereket pontosan az előírás szerint szedje be. Soha ne hagyja abba a szedésüket önhatalmúlag, mert az egyensúly gyorsan felborulhat.
- Pihenés: Napközben többször polcolja fel a lábait, ha dagadni kezdenek. Csak annyit mozogjon, amennyi még nem okoz komoly légszomjat.

Mi a következő lépés?

A sürgősségi ellátás csak a pillanatnyi krízist hárította el, a hosszú távú beállítás otthon folytatódik:

1. Házi orvos: 1-2 munkanapon belül jelentkezzen nála a zárójelentéssel! Ő fogja ellenőrizni a vérnyomását, a vesefunkcióit és finomhangolni a gyógyszereit.

2. Kardiológia: Pontosán jelenjen meg a kontrollvizsgálatokon! Szükség lesz szívultrahangra és EKG-ra, hogy lássuk, hogyan alkalmazkodik a szíve a kezeléshez.
3. Életmód: A dohányzás elhagyása és a kímélő étrend mostantól a „gyógyszeres kezelés” része.

Mikor hívjon azonnal mentőt (112)?

Azonnal kérjen segítséget, ha az alábbiakat tapasztalja:

- Ha nyugalomban is fullad, vagy ha csak több párnával felpolcolva, esetleg csak ülve tud levegőt kapni.
- Ha erős mellkasi fájdalmat vagy szorítást érez.
- Ha a szíve ijesztően szaporán vagy rendszertelenül ver.
- Ha rózsaszínes, habos köpetet ürít köhögéskor, vagy hirtelen nagyfokú gyengeség tör Önre.

Vigyázzon magára, tartsa be a diétát, és adjon időt a szívének a pihenésre!

[Vissza az előző oldalra](#)

[Vissza a tünetekhez](#)

[Főoldal](#)

[Nyomtatás](#)