

نارسایی قلب را نارسایی احتقانی قلب (CHF) نیز می‌نامند. بیماری نارسایی قلب علل متفاوتی دارد و گاهی اوقات علت اصلی آن یافت نمی‌شود. بعضی از افراد مبتلا به نارسایی قلب، علائم کمی از خود نشان می‌دهند.

## نارسایی قلب چیست؟

نارسایی قلب به معنای بی‌کفایتی قلب در پمپ کردن خون است. نارسایی قلب به معنای ایست کار قلب یا حمله قلبی نیست (البته افرادی که مبتلا به نارسایی قلب هستند، اغلب سابقه حمله قلبی در گذشته داشته‌اند).

نارسایی قلب را نارسایی احتقانی قلب (CHF) نیز می‌نامند. احتقان به معنی تجمع مایعات در بدن به علت کاهش توانایی پمپاژ خون توسط قلب است. علائم نارسایی قلبی در طول هفته‌ها و ماه‌ها متعاقب ضعیف‌تر شدن قلب و توانایی کمتر آن برای پمپ کردن خون براساس نیازهای بدن ایجاد می‌شوند. نارسایی قلب اغلب منجر به بزرگ شدن قلب (بطن چپ) می‌شود.

## نارسایی قلب معمولاً در سمت چپ قلب رخ می‌دهد.

نارسایی قلب ممکن است در اثر اختلال سمت راست یا سمت چپ و یا هر دو سمت قلب رخ دهد. معمولاً نارسایی قلب در سمت چپ قلب رخ می‌دهد. سمت چپ قلب قدرتمندتر بوده و خون را به سراسر بدن پمپ می‌کند. دهلیز چپ قلب، خون را از ریه‌ها تحویل گرفته و آن را به بطن چپ می‌فرستد و از آنجا خون وارد گردش خون عمومی بدن می‌شود. اگر بطن چپ قلب، ضعیف شود و نتواند خون دریافتی را کاملاً به جلو پمپ نماید، خون به سمت عقب و به داخل ریه‌ها پس می‌زند. وقتی که بطن چپ نتواند به درستی منقبض شود، نارسایی سیستولی قلب روی می‌دهد. در نارسایی سیستولی قلب، با هر ضربان قلب مقادیر کافی خون به سراسر بدن پمپ نمی‌شود. وقتی که دیواره‌های عضلانی قلب سفت می‌شوند و نمی‌توانند به حد کافی شل (ریلکس) شوند، نارسایی دیاستولی رخ می‌دهد. در نارسایی دیاستولی، قلب سفت شده و نمی‌تواند در بین انقباضات از خون کافی پر شود.

در هر دو حالت (نارسایی سیستولی و نارسایی دیاستولی) خون وارده شده به سمت چپ قلب به سمت عقب یعنی به داخل بافت ریه پس می‌زند. وقتی که تجمع خون در رگ‌های کوچک ریه‌ها (مویرگ‌ها) به نقطه بحرانی رسید، خون به داخل کیسه‌های هوایی (آلئولها) نشسته و احتقان ریوی ایجاد می‌شود. این تجمع خون که موسوم به "ادم ریوی" می‌باشد، تنفس را دشوار می‌کند.

## نارسایی قلبی در سمت راست قلب

بیماری نارسایی قلب ممکن است سمت راست قلب را نیز متاثر کند. نارسایی سمت راست قلب به دلیل بیماری ریوی یا در نتیجه نارسایی سمت چپ قلب اتفاق می‌افتد. سمت راست قلب، خون برگشتی از بدن را دریافت می‌کند و آن را به داخل ریه‌ها پمپ می‌کند تا اکسیژن‌دهی شود. ممکن

است سمت راست قلب توسط فشار برگشتی ناشی از نقص بطن چپ آسیب ببیند. وقتی که توانایی سمت راست قلب برای پمپاژ خون، کاهش می‌یابد، خون به سمت عقب یعنی به داخل سیاهرگ‌ها برمی‌گردد و باعث تورم بافت‌ها و اعضای بدن می‌شود.

این نوع ادم ناشی از نارسایی قلبی سمت راست بیشتر در ساق‌ها، مچ پاها و پاها دیده می‌شود. سیاهرگ‌های گردن نیز ممکن است در اثر این نوع نارسایی قلبی متورم شوند. اندام‌های شکمی بویژه کبد و حفره شکمی که شامل روده‌ها می‌باشد نیز ممکن است بزرگ و حساس شوند که باعث می‌شوند شما احساس تهوع یا پری شکمی نمایید.

## علت نارسایی قلب چیست؟



### نارسایی قلب به علت فشار خون بالا، آریتمی یا دیابت رخ می‌دهد

بیماری نارسایی احتقانی قلب علل متفاوتی دارد. گاهی اوقات علت اصلی آن یافت نمی‌شود. شایعترین علت نارسایی قلب در زیر لیست می‌شود:

- نارسایی قلب گاهی به علت بیماری شریان کرونری (تنگی عروق خون دهنده به قلب) رخ می‌دهد، اغلب افرادی که نارسایی قلب دارند قبلاً دچار حمله قلبی شده‌اند.
- مشکلات عضله قلب (کاردیومیوپاتی) نیز از علل نارسایی قلب است.
- فشار خون بالا (هیپرتانسیون) نیز می‌تواند منجر به نارسایی قلب شود.
- مشکلات هرکدام از دریچه‌های قلب نیز باعث بیماری نارسایی قلب می‌شود.
- نارسایی قلب گاهی به علت ضربان غیرطبیعی قلب (آریتمی) رخ می‌دهد.
- مواد سمی (مثل مصرف الکل) نیز یکی از علل نارسایی قلب است.
- بیماری مادرزادی قلبی (مشکل قلبی که از بدو تولد وجود داشته است) نارسایی قلب به علت دیابت و یا مشکلات تیروئیدی نیز رخ می‌دهد.

## علائم نارسایی قلب چیست؟



یکی از علائم نارسایی قلب سرفه و خس خس سینه به صورت مزمن است

بعضی از افراد مبتلا به نارسایی قلب، علائم کمی از خود نشان می‌دهند. در زیر علائمی که ممکن است در افراد مبتلا به نارسایی قلب دیده شود، ذکر شده است:

- تنگی نفس (خصوصاً زمان راه رفتن، بالا رفتن از پله‌ها یا فعالیت)
- تنگی نفس هنگام دراز کشیدن نیز از نشانه‌های نارسایی قلب است
- کاهش اشتها
- تنگی نفس ناگهانی شبانه که باعث بیدار شدن از خواب می‌شود.
- خستگی یا ضعف عمومی (شامل کاهش توانایی در ورزش کردن) نیز می‌تواند یکی از علائم بیماری نارسایی قلب باشد.
- تورم پا
- تورم شکم یا احساس پری در شکم
- ضربان قلب سریع یا نامنظم
- افزایش وزن ناگهانی (5 درصد یا یک کیلوگرم در روز برای 3 روز پیاپی)
- سرفه و خس خس سینه به‌طور مزمن نیز می‌تواند یکی از نشانه‌های نارسایی قلب باشد.
- تهوع

در صورت بروز هر یک از این علائم مربوط به بیماری نارسایی قلب به پزشک مراجعه کنید، خصوصاً اگر سابقه بیماری قلبی دارید.

## تشخیص بیماری نارسایی قلب



از راههای تشخیص بیماری نارسایی قلب، دادن آزمایش خون و گرفتن نوار قلب است. پزشک سوالاتی در مورد علائم بیماری و سابقه پزشکی از بیمار می‌پرسد. سپس بیمار را معاینه می‌کند و ممکن است تست‌ها و آزمایشات زیر را درخواست کند:

- آزمایش خون
- آزمایش ادرار
- عکس قفسه سینه
- نوار قلب (ECG)
- اکوکاردیوگرام قلب
- رادیونوکلید و نتریولوگرافی

یکی از راههای تشخیص نارسایی قلب، گرفتن نوار قلب است. در واقع نوار قلب فعالیت الکتریکی قلب را ضبط می‌کند. به وسیله نوار قلب می‌توان مشکلات ریتم قلب یا برخی از آسیبها و نارسایی های قلبی را تشخیص داد. در اکوکاردیوگرام قلب، پزشک می‌تواند به وسیله امواج صوتی شکل قلب را ببیند. در این تست پزشک می‌تواند چگونگی پمپاژ قلب و وضعیت دریچه های قلبی و برخی دیگر از مشخصات قلب را بررسی کند.

از دیگر راههای تشخیص نارسایی قلب رادیونوکلید و نتریولوگرافی است. در رادیونوکلید و نتریولوگرافی، مقدار خیلی کمی از ماده رادیواکتیو به داخل خون تزریق می‌شود. این ماده به سمت قلب حرکت می‌کند. به وسیله دوربین مخصوصی پزشک می‌تواند پمپاژ قلب را مشاهده کند. ماده رادیواکتیوی که در این تست استفاده می‌شود بی‌ضرر است و پس از اتمام تست، به‌طور کامل از بدن دفع می‌شود.

## درمان نارسایی قلب

در درمان نارسایی قلب اولین قدم، برطرف کردن علل زمینه ای است. کنترل فشار خون بالا در مراحل اولیه میتواند منجر به برگشت نارسایی قلب شود. اصلاح دریچه های قلب در هنگامی که عارضه غیر قابل برگشت قلبی ایجاد نشده باشد اغلب منجر به بهبود کامل بیماری نارسایی قلب می شود.

در بیماران مبتلا به سکته های قلبی، پیشگیری از سکته های مجدد از تشدید نارسایی قلبی و تخریب بیشتر عضلانی جلوگیری می نماید. کنترل عوامل خطر ساز در این زمینه حائز اهمیت می باشد.

## درمان دارویی نارسایی قلب

نارسایی قلب در مواردی که غیر قابل برگشت شده باشد، نارسایی معمولاً پیشرفت کننده بوده و درمانهای دارویی برای کاهش سرعت پیشرفت نارسایی قلب و یا توقف آن مورد استفاده قرار می گیرد. مهار کننده های آنژیوتانسین (کاپتوپریل، انالاپریل، لوزارتان و...)، داروهای مهار کننده سمپاتیک (کارودیلول، متوپرولول، ...) و اسپرینولاکتون در کنترل پیشرفت نارسایی قلب و افزایش طول عمر بیماران بسیار مفید می باشند.



نارسایی قلب در مواردی که غیر قابل برگشت شده باشد از درمانهای دارویی استفاده می شود. داروهای دفع کننده مایعات (فوروزماید)، گشادکننده های وریدی (نیترات ها) و داروی های افزایش دهنده قدرت عضلانی (دیگوکسین) برای کاهش علائم نارسایی قلب کاربرد دارند. داروهای ضد آریتمی و استفاده از دفیبریلاتور داخل بطنی (ICD) نیز گاهاً برای درمان نارسایی قلب لازم می شود.

در موارد نارسایی شدید قلب استفاده از پیس میکروهای سه حفره ای ویژه با ایجاد هماهنگی در انقباض عضلانی قلب، در صورت استفاده در بیماران کمک شایانی به رفع علائم نارسایی قلب کرده و احتمالاً باعث افزایش طول عمر بیماران می شود. نهایتاً در مواردی که نارسایی قلب

توسط روشهای دارویی و موارد مطرح شده قابل کنترل نمی باشد، پیوند قلب تنها گزینه موجود می باشد.

### در چه شرایطی به پزشک مراجعه کنیم؟

- هرگاه تنگی نفس داشتید یا در پاها و قوزکها دچار تورم شدید باید با پزشکتان تماس بگیرید. همچنین اگر در طول یک تا دو روز 3-5 پوند ( هر پوند معادل 450 گرم است) وزن اضافه گردید باید با او تماس بگیرید.
- برای اینکه وزن خود را مرتب چک کنید لازم است تا هر روز صبح قبل از ادرار کردن و پس از اینکه چیزی خوردید خود را وزن کنید.
- شما باید هر گاه سؤالی در مورد بیماری نارسایی قلب و وضعیت خود یا داروهایتان دارید با پزشکتان تماس بگیرید.



تندرست و سلامت باشید.