

心脏衰竭

心脏衰竭是指当心脏无法推送足够的血流维持身体所需而产生的一种慢性疾病。造成心脏衰竭的原因主要由以下几种：曾有过心脏病如心肌梗塞或心绞痛，瓣膜性心脏病，严重的心率失常例如糖尿病性心率变异或者动脉高血压，饮酒过度以及其他未知原因。



心脏衰竭会引起哪些不适？

- 呼吸困难或头晕
- 卧床平躺时呼吸困难或突然起身时有窒息感
- 持续干咳
- 双腿浮肿
- 夜间尿频
- 体重增重异常 (>2公斤/每周)
- 心慌



治疗方法和生活注意事项

治疗方法的主要目的是改善生活质量同时减轻症状以及预防。遵照医嘱服药是非常



重要的。另外高血压或糖尿病病人需要时刻注意血压以及糖尿病病症。

无药物治疗方法注意事项

- 限制服盐，低盐饮食
- 避免饮用过多的水
- 禁烟禁酒
- 日常勤关注体重变化
- 每天适度地做一些让自己觉得舒服和安全的运动，避免剧烈运动。
- 避免不必要的蹲起和拉伸运动。不要过度运动。如感觉不适，向周围的人寻求帮助。



如果您出现以下症状，请及时咨询您的医生或者护士：

- 需要平躺才能入睡
- 不断增强的呼吸不顺畅感
- 脚部，脚腕或腹部浮肿
- 体重异常（每天增重超过1公斤或2到3天内增重超过2公斤）
- 持续干咳
- 胸痛
- 疲乏
- 头晕或昏厥
- 日排尿量减少