



Chronické srdeční selhání

Chronické srdeční selhání je onemocnění postihující až 2 % evropské populace a jeho výskyt má vzrůstající tendenci. Neléčené nebo nedostatečně léčené onemocnění má závažnou prognózu. Dobrá zpráva pro naše pacienty je, že toto onemocnění je léčitelné a s moderní farmakoterapií se nám většinu pacientů daří vracet do plnohodnotného života.

Co je chronické srdeční selhání ?

Srdeční sval není schopen do krevního oběhu přečerpávat množství krve odpovídající potřebám těla, nejprve při svalové práci, v pozdějších stádiích i za klidových podmínek. Selhání je způsobeno funkční nebo strukturální poruchou srdce. Při funkční poruše dochází k **nedostatečnému stahování srdečních komor a síní** tzv. kontraktilitě (např. po infarktu myokardu, nebo při onemocnění srdeční svaloviny). Strukturální porucha srdce znamená **pomalé a nedostatečné plnění srdečních oddílů krví** z plicního oběhu kvůli abnormální relaxaci nebo ztuhlosti srdečního svalu.

Příznaky srdečního selhání

- Dušnost (zprvu námahová, později klidu)
- Únava, snížená tolerance námahy
- Otoky (v počátcích kolem kotníků, později zasahují výše), zvětšování objemu břicha (hromadění tekutiny v břišní dutině)
- Dušnost vleže na rovině, nutí si brát více polštářů pod hlavu, nebo se během noci posazovat a vydýchat.

Jak zvládat srdeční selhání

Pravidelné **užívání předepsaných léků**. Konzultace ošetřujícího lékaře při nežádoucích účincích, změně zdravotního stavu. Příjem **tekutin zpravidla okolo 1,5l/den**. Větší objemy zatěžují srdeční pumpu, nižší příjem tekutin může poškozovat funkci ledvin. **Pestrá a vyvážená strava** s omezením živočišných tuků, smažených jídel a pokrmů z rychlých občerstvení. **Dostatek zeleniny, ovoce, bílého masa a ryb**. Někdy může být nutné omezit příjem soli. **Nekouřit**. Minimalizovat příjem alkoholu. **Pivo je také alkohol**, navíc zatěžuje srdce a krevní oběh poměrně velkým objemem tekutin. Pravidelná **pohybová aktivita**. Vhodné jsou vytrvalostní aktivity s pozvolným začátkem a zvyšováním zátěže podle tolerance, nevhodné jsou silové sporty. Pravidelně si kontrolujte krevní tlak, tepovou frekvenci a hmotnost. Všimněte si, zda se tvoří otoky nebo narůstá hmotnost (1-2kg během týdne svědčí pro zhoršující se srdeční selhání).



Kdy volat linku 155 !

- Při náhlém zhoršení dušnosti, nemožnosti popadnout dech i v klidu. Probuzení dušností v noci, bez úlevy po posazení.
- Při tlakové, pálivé bolesti na hrudníku, případně se šířením do paže, krku, břicha.
- Po kolapsu nebo ztrátě vědomí.

Kdy kontaktovat ambulanci pro srdeční selhání?

- Pozorujete postupné zhoršování výkonnosti, narůstající otoky nohou, častější probouzení v noci pro dušnost.
- Opakovaně si měříte nízký krevní tlak (hodnoty pod 100/60 mmHg), nebo pociťujete závratě při změně polohy.
- S dostatečným předstihem volejte o předpis další chronické medikace. Nechávat dojet zásobu léku do poslední tablety je nebezpečné a hrozí riziko přerušování léčby což může způsobit zhoršení zdravotního stavu.

Interní klinika 1. LF UK
Interní ambulantní oddělení
Pavilon C4, přízemí
Ambulance kardiologie
Tel: + 420 973 203 124
Email: kardioamb@uvn.cz

