

Συμφορητική Καρδιακή Ανεπάρκεια (ΣΚΑ)

Τι είναι

Η ΣΚΑ είναι μια πάθηση στην οποία η καρδιά δεν δύναται να εξασφαλίσει την αναγκαία ποσότητα αίματος (και κατ' επέκταση οξυγόνου και θρεπτικών ουσιών) στα όργανα και τους ιστούς. Η πάθηση μπορεί να έχει κλινικές εκδηλώσεις που να αφορούν το δεξιό, το αριστερό ή και τα δυο τμήματα της καρδιάς. Η δεξιά καρδιακή ανεπάρκεια σημαίνει δυσλειτουργία της δεξιάς κοιλίας της καρδιάς, με αποτέλεσμα το αίμα να αδυνατεί να επιστρέψει στους πνεύμονες για να οξυγονωθεί, και αρκετό παραμένει («λιμνάζει») στην περιφέρεια (φλέβες). Η αριστερή καρδιακή ανεπάρκεια σημαίνει δυσλειτουργία της αριστερής κοιλίας, επομένως μειωμένη δυνατότητα της καρδιάς να προωθεί οξυγονωμένο αίμα στο υπόλοιπο σώμα.

Τι την προκαλεί

Η ΣΚΑ μπορεί να προκληθεί από παθήσεις που καταπονούν τον καρδιακό μυ όπως αρτηριακή υπέρταση, καρδιακή προσβολή, παθήσεις του καρδιακού μυός και των βαλβίδων της καρδιάς, λοιμώξεις, αρρυθμίες, αναιμία, θυρεοειδοπάθεια, πνευμονοπάθεια.

Συμπτώματα

Στην δεξιά καρδιακή ανεπάρκεια η συσσώρευση αίματος έχει ως αποτέλεσμα την εμφάνιση οιδημάτων, «πρήξιμο» των κάτω άκρων, διόγκωση ήπατος. Στην αριστερή καρδιακή ανεπάρκεια, λόγω της συσσώρευσης αίματος στους πνεύμονες το κυριότερο σύμπτωμα που παρατηρείται είναι η δύσπνοια, εύκολη κόπωση αλλά και βήχας ή λαχάνιασμα.

Διάγνωση

Η κλινική εξέταση θα εντοπίσει αλλαγές στο σώμα όπως οίδημα στα κάτω άκρα ή ακροαστικά ευρήματα ενδεικτικά παρουσίας υγρού στους πνεύμονες. Οι διάφορες εξετάσεις (πχ., η ακτινογραφία θώρακα μπορεί να δείξει διόγκωση της καρδιάς και σημεία συγκέντρωσης υγρού στους πνεύμονες, το υπερηχογράφημα καρδιάς μπορεί να απεικονίσει το μέγεθος της καρδιάς και τη βλάβη του καρδιακού μυός ή των βαλβίδων) θα αποτυπώσουν επακριβώς την κατάσταση.

Αντιμετώπιση

Είναι σημαντικό να αντιμετωπιστούν τα αρχικά συμπτώματα εγκαίρως ώστε να μειωθεί η καταπόνηση της καρδιάς, καθώς και να διαγνωστεί και να αντιμετωπιστεί το αίτιο της ΣΚΑ. Θα απαιτηθούν αλλαγές επίσης στον τρόπο ζωής του ασθενή, όπως διακοπή του καπνίσματος, προσεκτική διατροφή όπως περιορισμός αλατιού στα φαγητά, και απώλεια βάρους εάν είστε υπέρβαροι. Διαιτολόγοι και διατροφολόγοι μπορεί να βοηθήσουν στον σχεδιασμό της κατάλληλης διαίτας.

Μπορεί να χορηγηθεί και φαρμακευτική αγωγή για τη μείωση των υγρών στο σώμα και τη βελτίωση της λειτουργίας των κοιλιών της καρδιάς. Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι όλα τα φάρμακα μπορεί να έχουν παρενέργειες όπως αφυδάτωση, βήχα, ζάλη, λιποθυμία και κόπωση και πρέπει να επικοινωνείτε τακτικά με τον ιατρό σας. Άλλοι τρόποι αντιμετώπισης είναι η τοποθέτηση βηματοδοτών, εμφυτεύσιμων απινιδωτών. Εάν αποτύχουν όλες οι θεραπείες, υπάρχει η εναλλακτική λύση της μεταμόσχευσης καρδιάς.

Τα ΠΡΕΠΕΙ και τα ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ

- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να λαμβάνετε τα φάρμακα σας σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού σας.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να διατηρείτε ιδανικό σωματικό βάρος.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να μειώσετε το αλάτι και τα υγρά στη διατροφή σας.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να ζητήσετε τη βοήθεια της οικογένειάς σας στη φροντίδα σας, ιδίως όταν πρέπει να γίνουν αλλαγές στον τρόπο ζωής σας.
- ✓ **ΠΡΕΠΕΙ** να καλέσετε τον γιατρό σας εάν διαπιστώσετε παρενέργειες από τα φάρμακα σας ή νέα ή επιδεινούμενα συμπτώματα όπως αύξηση της δύσπνοιας, πόνο στο στήθος ή λιποθυμία.
- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να ξεχνάτε να λαμβάνετε τα φάρμακά σας βάσει οδηγιών του ιατρού σας.
- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να καπνίζετε.
- ✓ **ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ** να διακόψετε τη λήψη των φαρμάκων χωρίς να ενημερώσετε τον γιατρό σας