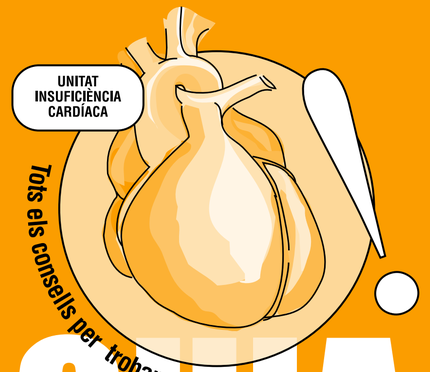
C S B Consorci Sanitari de Barcelona

IMAS
Hospital del Mar

Roche

Farma



UNITAT INSUFICIÈNCIA CARDÍACA

Tots els consells per trobar-se millor

GUIA PER A PACIENTS AMB INSUFICIÈNCIA CARDÍACA

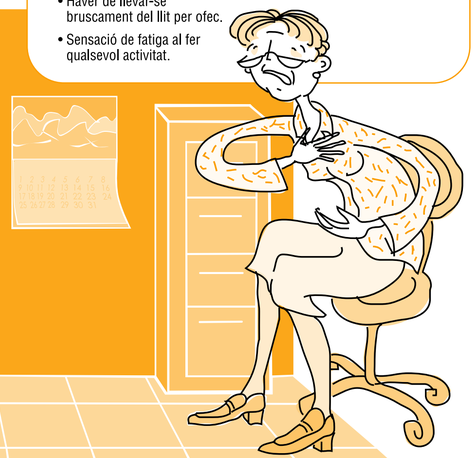
UNITAT INSUFICIÈNCIA CARDÍACA

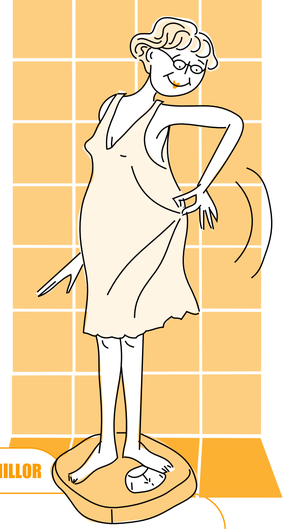
Horaris: 8h-17h
de dilluns a divendres
Tel. 93 248 31 63

GUIA PER A PACIENTS AMB INSUFICIÈNCIA CARDÍACA

QUÈ ÉS LA INSUFICIÈNCIA CARDÍACA?

- La insuficiència cardíaca és una **malaltia crònica** en la que vosté pot tenir fases en les que estigui estable i d'altres en la que pugui empitjorar.
- El cor bombeja menys del normal: això fa que els organs i músculs rebin menys sang i que els líquids els retinguin als pulmons i a d'altres llocs com a les cames o la panxa.
- **Els símptomes més comuns són:**
  - Falta d'aire o ofec especialment al fer esforços.
  - Inflor dels turmells i cames.
  - Sensació de falta d'aire al estirar-se pla al llit.
  - Haver de llevar-se bruscament del llit per ofec.
  - Sensació de fatiga al fer qualsevol activitat.





CONSELLS PER TROBAR-SE MILLOR

1. S'ha de pesar cada dia abans d' esmorzar i anotar-ho en la cartilla del pes o en un paper.
2. El seu **pes ideal estable** és: _____
3. Ha de procurar de no beure massa: menys d'1.5 litres al dia de líquids.
4. Ha d'evitar aliments rics en sal.
5. Ha d'evitar afegir sal als menjars.
6. Ha de pendre els tractaments tal i com se'ls han prescrit.
7. Ha de fer una mica d'exercici cada dia.
8. No fumi i eviti l'alcohol.
9. **Avisi quan abans millor si les coses no van bé.**

QUÈ FER EN CAS DE...

AUGMENT DE PES

Si el seu **pes augmenta** més de 1 Kg en 1 dia o més de 2 Kg en 2 o 3 dies, significa que està retenint líquids i ha de:

- **Contactar** amb la seva **infermera** quan abans millor.
- S'ha de **pendre**: _____ extra al dia fins a recuperar el seu **pes ideal estable.**

QUÈ FER EN CAS DE...

AUGMENT DE LA PRESSIÓ ARTERIAL

Si la seva **pressió arterial augmenta** per sobre de: _____
ha de:

- **Contactar** amb la seva **infermera** quan abans millor.
- S'ha de **pendre**: _____ extra al dia.

QUAN CAL CONTACTAR AMB NOSALTRES?

- Sempre que vulgui més informació.
- Sempre que el seu pes augmenti més d' 1 Kg en 1 dia o més de 2 Kg en 2 o 3 dies, ja que vol dir que està retenint líquids.
- Si hi ha hagut algun canvi en els medicaments.
- **Sempre que noti:**
  - Empitjorament de l'ofec o del cansament.
  - Falta d'aire a l'estirar-se al llit.
  - Mentre està estirat o dormint, un ofec brusc que l'obliga a seure per respirar.
  - Inflor de turmells, cames o panxa.
  - Empitjorament del dolor de pit.
  - Palpitacions.
  - Pèrdues de conciència o mareig.

QUIN ÉS EL SEU TRACTAMENT?

		ESMORZAR	DINAR	BERENAR	SOPAR

○ **CONTROLS METGE DE FAMÍLIA**

ABS:
Horaris:
Telèfon:

○ **CONTROLS EQUIPS ATENCIÓ DOMICILIÀRIA**

ABS:
Infermera contacte:

Horaris:
Telèfon:

○ **CONTROLS UNITAT INSUFICIÈNCIA CARDÍACA**

Lloc: **Hospital de Dia de l'Unitat d'Insuficiència Cardíaca [Hospital del Mar]**
Infermera contacte: