

---

# Informace pro pacienty s chronickým srdečním selháním

---

## Základní informace o onemocnění

Srdce je specializovaný sval, který pumpuje krev do celého těla. Krev nese kyslík a živiny a rozvádí je do všech částí těla a odstraňuje odpadové produkty z různých orgánů, na čemž se nejvíce podílejí plíce a ledviny. Srdce je rozděleno na dvě části, které pracují společně. Odkysličená krev přitéká z orgánů a tkání do pravé poloviny srdce, odtud putuje do plic. Plíce odstraňují odpadový kyslíčnický uhlíčitý, který nahrazují kyslíkem. Kyslíkem obohacená krev proudí do levé poloviny srdce a odtud do celého těla.

## Definice a mechanismus vzniku srdečního selhání:

Vlastní definice je složitá, chronické srdeční selhání se projevuje řadou příznaků (námahová dušnost, noční dušnost, otoky dolních končetin, únava, nevykonnost...), které jsou způsobeny narušenou prací srdce, je to tedy stav, kdy srdce není schopno vyhovět oběhovým nárokům organismu. Jinými slovy se většinou jedná o neschopnost srdce správně fungovat jako pumpa. Výsledkem je hromadění krve v plicích, v orgánech dutiny břišní, resp. v dolních končetinách. V případě hromadění krve v plicích dojde ke zhoršení dechu, případně se objeví kašel. Pokud se nadměrně hromadí krev v dolních končetinách, ty pak otékají a stav se projevuje např. tím, že si nelze obout boty.

Organismus se snaží selhání srdce zabránit několika mechanismy:

- snížením námahy
- zrychlením tepové frekvence a rozšířením hlavně levé srdeční komory

Selhání srdce může vzniknout náhle anebo se vyvinout postupně. Hovoříme pak o akutním či o chronickém srdečním selhání.

## Hlavní příčiny srdečního selhání

- ischemická choroba srdeční včetně prodělaného akutního infarktu
- vysoký krevní tlak
- dilatační kardiomyopatie
- chlopenní vady
- akutní myokarditida – zánět srdečního svalu vyvolaný například virovou infekcí

## Příznaky srdečního selhání

- zhoršené dýchání, až tak závažné, že se pacient začne až dusit
- suchý, při závažnějším selhání vlhký kašel
- zrychlení frekvence srdce
- hromadění tekutin v organismu, což se projevuje zvýšením tělesné hmotnosti

**Všechny příznaky nemusí být ale plně vyjádřeny.**

## Prevence

- primární
  - prevence a důsledná léčba všech chorob, které mohou vést ke snížení srdeční práce
- sekundární
  - zabránění zhoršování již vzniklé poruchy

## Léčba

Současná léčba je zaměřena nejen na ovlivnění příznaků a zlepšení kvality života, ale především na ovlivnění výskytu a zhoršování srdečního selhání a na snížení úmrtnosti. Terapie zahrnuje režimové a dietní opatření, farmakologickou léčbu, chirurgickou či zavedení podpůrných přístrojů.

## Režimová opatření

- snížení tělesné hmotnosti
- omezení příjmu kuchyňské soli na < 4-5 g/den
- abstinence alkoholu
- abstinence kouření
- přiměřené tělesné cvičení – pravidelný kondiční trénink

## Dietní opatření

Základem je racionální vyvážená dieta s dostatkem všech živin a s cílem udržení optimální hmotnosti. Strava se má podávat v menších dávkách 5–6x denně, má mít dostatek vlákniny a ovoce, nemá být nadýmavá a dráždivá. Černou kávu v množství 1–2 šálky denně je možné vypít, ale ne na noc. Při nadváze je nutná redukční dieta.

## Farmakologická léčba

Zahrnuje léky několika farmakologických skupin:

- ACE inhibitory a blokátory angiotenzinu
- betablokátory
- diuretika
- digoxin
- vazodilatancia
- antikoagulancia, antiagregancia
- amiodaron

Všechny tyto léky zlepšují práci srdce, upravují srdeční rytmus, pomáhají odstranit přebytečnou vodu z organismu a podílejí se na úpravě krevního tlaku.

## Chirurgická a přístrojová léčba

- Chirurgická nebo katetrizační s cílem obnovení průtoku krve věnčitými tepnami při jejich zúžení či uzávěru
- Zavedení kardiostimulátoru v různých režimech práce
- Mechanické podpurné systémy - přístrojová podpora srdeční činnosti při těžké srdečním selhání
- Očišťovací metody - podpora či náhrada funkce ledvin
- Srdeční transplantace

## Cestování

Nedoporučuje se cestování do příliš horkých krajů a do oblastí s vysokou vlhkostí.

Nejsou doporučovány dlouhotrvající lety či dlouhodobé přesuny autobusem.

## Varovné příznaky u srdečního selhání

Je důležité pravidelně kontrolovat všechny Vaše příznaky. Tento přehled Vám umožní rychlou orientaci, co máte udělat v případě vyskytnutí těchto příznaků.

### Zavolejte bezprostředně pomoc, jestliže:

- máte přetrvávající bolest na hrudi, která nepřechází ani po aplikaci nitroglycerinu,
- máte přetrvávající prudké zhoršení dýchání,
- jestliže jste omdlel/a.

### Informujte co možná nejdříve svého lékaře nebo zdravotní sestru, jestliže se:

- Vám zhoršuje dech a tolerujete stále menší a menší námahu,
- pravidelně probouzíte s pocitem nedostatečného dýchání,
- pociťujete rychlou srdeční frekvenci nebo bušení srdce.

### Informujte svého lékaře či zdravotní sestru při:

- rychlém zvýšení tělesné hmotnosti o více než 2 kg za 3 dny,
- zhoršujících se otocích nebo při bolestech břicha,
- zvětšujících se otocích nohou nebo kotníků,
- zhoršujících se závratích,
- ztrátě chuti k jídlu nebo nevolnosti,
- zvyšující se únavě,
- zhoršujícím se kašlí.

Jestliže máte některé z těchto příznaků, které Vás znepokojují, měl/a byste je probrat se svým lékařem nebo zdravotní sestrou.

## Kontakt

Centrum srdečního selhání II. interní kliniky.