

Orsak till Hjärtsvikt?

Vid hjärtsvikt kan inte hjärtat pumpa ut den mängd blod som behövs för att ge kroppens olika delar tillräckligt med syresatt blod och näring. Hjärtats pumpförmåga är nedsatt av någon orsak.

Normal pumpförmåga (EF) i hjärtats vänstra kammar är mer än 55%. Ligger pumpförmågan under 45 % finns det en hjärtsvikt i olika svårighetsgrad.

Orsaken till den nedsatta pumpförmågan kan till exempel vara hjärtinfarkt, kärlkramp, högt blodtryck under lång tid, rytmrubbning, klaffel, hjärtmuskelsjukdom eller hög alkoholkonsumtion. I vissa fall kan man inte säkert säga vad hjärtsvikten beror på.

Över 200 000 personer i Sverige beräknas leva med symtom på hjärtsvikt. Antalet drabbade stiger kraftigt med åldern och cirka tio procent av befolkningen över 80 år har troligen hjärtsvikt.

Hjärtsvikt är en av våra folksjukdomar och kräver oftast livslång behandling. Prognosen vid hjärtsvikt beror på flera saker som till exempel orsaken till hjärtsvikten, graden av hjärtsvikt, ålder och om den drabbade har andra sjukdomar.

Dagens omhändertagande och nya läkemedel kan förbättra måendet och prognosen vid hjärtsvikt betydligt.

Goda Råd vid försämrad andning eller viktuppgång!

Notera din vikt varje dag!

- Vid viktuppgång mer än 2 kg inom 3 dagar
- Begränsa ditt vätskeintag till 1,5 liter/dygn
- Ta en extra urindrivande tablett i två dagar

***Vid utebliven förbättring kontakta
din hjärtsviktssjuksköterska på
vårdcentral eller sjukhus***

Vid stabil hjärtsvikt kan viktkontroll 3 ggr/vecka räcka

Information om hjärtsvikt på internet

1177

www.1177.se

Riksförbundet HjärtLung

www.hjart-lung.se

Rikssvikt

www.ucr.uu.se/rikssvikt

Heart Failure Matters

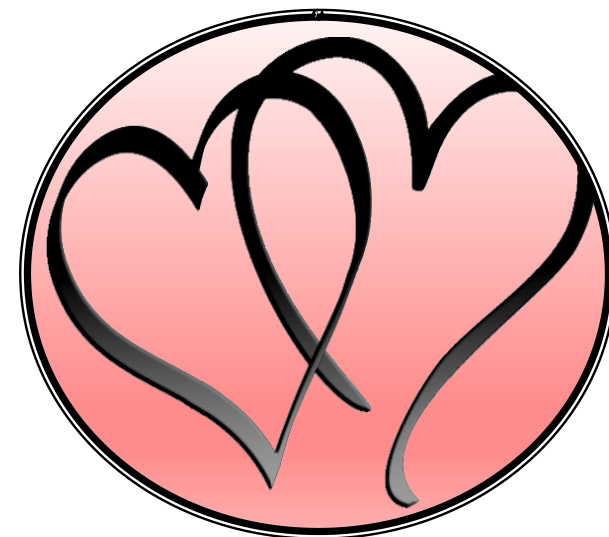
**Din kontakt ➡ Hjärtsviktsteam eller
Hjärtsviktssjuksköterska
Telefonnummer: _____**

HJÄRTSVIKT

ORSAK

SYMPTOM

BEHANDLING



En kort information om Hjärtsvikt

SYMPTOM

Symtom och tecken på hjärtsvikt

- ♦ **Andfåddhet och Trötthet**
- ♦ **Vätska i kroppen**
- ♦ **Viktuppgång**
- ♦ **Svullna underben**
- ♦ **Svårt att ligga plant -> andnöd**

Hur ställs diagnosen hjärtsvikt?

- Sjukdomshistoria och personlig berättelse
- Symtom
- EKG
- **Blodprov** - Ett blodprov tas för att analysera koncentrationen av ämnet NT-proBNP. Ett förhöjt värde tyder på att hjärtat är belastat och misstanke om hjärtsvikt föreligger
- **Ultraljud på hjärtat** - Vid ultraljud på hjärtat uppskattas hjärtats pumpförmåga vilket även kallas ejektionsförmåga (EF)
- Eventuellt Hjärt-Lungröntgen

RING 112

Följande symtom kan tyda på allvarlig hjärtsvikt.
*Kraftig andnöd. Rosslande andning.
Det känns trångt i bröstet och/eller
gör mycket ont i bröstet.
Du blir kallsvettig och matt.*

BEHANDLING

Hur behandlas hjärtsvikt idag?

Hjärtsvikt behandlas i första hand med fyra olika typer av mediciner som tillsammans minskar belastningen på det sviktande hjärtat och därmed förhindrar att vätska ansamlas i kroppen.

Din läkare och sjuksköterska informerar dig om dessa olika mediciner.

Syftet med medicinerna är att lindra symtom på hjärtsvikt och förbättra orken.

På sikt kan medicineringen i vissa fall förbättra pumpförmågan i hjärtat.

ACE-hämmare eller ARNI - Sänker blodtrycket och underlättar hjärtats pumpförmåga vilket är hjärtstärkande.

Betablockerare - Sänker pulsen vilket även avlastar hjärtarbetet.

MRA - En typ av vätskedrivande medicin som även är kaliumsparande (saltsparende).

SLGT2-hämmare - Hämmar återresorptionen av socker i njuren och mera socker kissas ut. Socker tar med sig vätska vilket bidrar till att balansera vätskebalansen.

Vid behov eller dagligen - **vätskedrivande medicin** i anpassad dos om övrig hjärtsviktsmedicinering inte kan balansera vätskan i kroppen.

FRÅGOR

Vad kan jag själv göra?

Ta ordinerad medicin!

Bibehålla kondition och muskelstyrka genom fysisk aktivitet. Om du röker - försök sluta!

Alkohol är inte bra vid hjärtsvikt - minimera intaget. Äta hälsosam kost.

Försök gå ned i vikt vid övervikt.

Väga sig varje dag för att upptäcka tendens till att samla på sig vätska i kroppen.

Går det att förebygga hjärtsvikt?

En hälsosam livsstil kan minska risken att drabbas av sjukdomar som kan ge en hjärtsvikt. Det är viktigt att äta näringsriktigt, inte röka, minimera alkoholintaget, vara fysiskt aktiv och inte överviktig.

Är medicineringen livslång?

Vanligen är den hjärtstärkande medicineringen som beskrivits tidigare livslång.

Finns det något mer att ta till än medicin?

För vissa hjärtsviktspatienter kan en hjärtsviktspace maker erbjudas. Ansvarig läkare känner till om det är aktuellt för patienten.