

(CHF) فشل القلب الاحتقاني

إن الإقامة في المستشفى للمرضى المصابين بفشل القلب الاحتقاني (Congestive Heart Failure) لا تتعدى ٦ أيام.

الفحوصات التي يمكن أن تتوقعها خلال زيارتك هذه:

- مخطط كهربية القلب (ECG / EKG) - يتم وضع ضمادات لاصقة على صدرك لرصد وتسجيل نبضات قلبك.
- مراقبة تلفزيونية عن بعد (Telemetry Monitor) - يتم وضع ضمادات لاصقة وأسلاك على صدرك حتى تستطيع الممرضات/الممرضين مراقبة قلبك بشكل متواصل من موقع عمل طاقم التمريض.
- صورة أشعة للصدر - صورة لمنطقة الصدر يظهر فيها القلب والرئتان.
- مخطط صدى القلب (Echocardiogram - ECHO) - فحص فوق صوتي للحصول على صورة أكثر وضوحًا للقلب.
- المؤشرات الحيوية - فحص درجة حرارتك، وضغط الدم، والنبض ومستويات الاكسجين بشكل منتظم.
- فحوصات الدم

سنعمل معًا، أثناء وجودك هنا، لمساعدتك على أن تشعر بتحسن في وضعك الصحي وتعليمك كيفية إدارة حالتك الصحية بشكل سليم في البيت.

إذا كانت لديك أي أسئلة خلال هذه الرحلة، لا تتردد في السؤال!

اليوم ١

- عندما تصل إلى هذه الوحدة، سيستقبلك أفراد من الطاقم المشرف على رعايتك طبيًا. وهذا الفريق على استعداد دائمًا للرد على أسئلتك أو التعامل مع أي تساؤلات أو مواضيع تثير قلقك طوال فترة إقامتك في المستشفى.
- كن على استعداد لمناقشة تاريخك الطبي مع أفراد من الطاقم المشرف على رعايتك طبيًا وتقديم قائمة بالأدوية التي تتناولها حاليًا.
- يُعتبر تراكم السوائل من أعراض فشل القلب ويؤدي إلى قصر النفس. سنعمل معًا من أجل خفض كمية السوائل الزائدة في جسمك وضبطها.
- كما أن مراقبة وزنك كل يوم يُعتبر أيضًا من العوامل التي تساعد على متابعة كمية السوائل في جسمك. وسوف تتعلم كيفية القيام بهذا الإجراء في المستشفى وفي بيتك.
- خفض كمية الملح والسوائل في طعامك. سوف يقوم الطاقم المشرف على رعايتك طبيًا بالتحدث معك عن كيفية مراقبة الطعام الذي تتناوله في المستشفى وفي بيتك.
- قد تحتاج إلى استعمال قناع الاكسجين أو أنبوب أنفي لمساعدتك على التنفس بسهولة أكثر.
- قد تؤدي بعض أنواع الأدوية إلى اضطرابك لاستعمال المراض بمعدل أكثر من المعتاد. إذا لم تكن قادرًا على الذهاب إلى المراض، يمكن إدخال أنبوب (catheter) للمساعدة على التبول.
- يجب أن تبدأ التفكير في الخطوات التالية. سيقوم أفراد من الطاقم المشرف على رعايتك طبيًا، أثناء إقامتك في المستشفى، بالعمل معك من أجل مساعدتك على أن تتعلم كيفية إدارة وضعك الصحي وضبطه في البيت بعد مغادرتك المستشفى.

اليوم ٢

- سيتم تحديد جرعات الأدوية التي تتناولها وأنواعها حسب احتياجاتك الفردية. ويمكن أن يتم تغييرها عدة مرات أثناء وجودك في المستشفى.
- يجب أن تتعلم كيف تقيس كمية السوائل التي تدخل إلى جسمك والكمية التي تخرج منه وذلك بمساعدة الطاقم المشرف على رعايتك طبيًا.
- النظام الغذائي الذي ستتبعه في المستشفى سيكون مخصصًا لضمان صحة القلب. وهذا يشمل تخفيض كمية الملح والدهون التي تتناولها.

(CHF) فشل القلب الاحتقاني

- يعتبر النشاط الجسماني جزءًا هامًا من عملية الشفاء واستعادة العافية وسيتم تشجيعك على المشاركة في أكبر قدر ممكن من هذا النشاط. وهذا قد يشمل تناول وجبات الطعام جالسًا في كرسي، أو المشي في أرجاء غرفتك. يجب أن تعمل مع الطاقم المشرف على رعايتك طبييًا من أجل تحديد مستوى النشاط الجسماني الأكثر سلامة لك.
- إذا أمكن، يجب أن تحدد أحد أفراد العائلة أو أحد مقدمي الرعاية الذي يستطيع أن يقدم لك الدعم خلال مسار الرعاية الطبية ويساعدك خلال الخطوات التالية بعد أن يتم خروجك من المستشفى.

اليوم ٣

- إذا كنت تشعر بالقلق أو الاكتئاب، تحدث مع أحد أفراد الطاقم المشرف على رعايتك طبييًا. إن التغييرات الكبيرة التي طرأت على وضعك الصحي قد تبدو لك أمرًا يصعب التغلب عليه. إن موارد الدعم النفسي والعاطفي متوفرة في المستشفى وفي المجتمع المحلي.
- يجب أن تعمل مع أفراد الطاقم المشرف على رعايتك طبييًا من أجل بناء قوتك الجسمانية ورفع مستوى النشاط الجسماني الأكثر سلامة لك. وهذا قد يشمل زيادة مسافة المشي في غرفتك أو حول قسم علاج القلب، بشكل مستقل أو بمساعدة أحد الأشخاص.
- يجب أن تعمل مع أحد أفراد الطاقم المشرف على رعايتك طبييًا لوضع خطة مغادرتك المستشفى. ويجب أن تشمل هذه الخطة أنواع الأدوية التي تتناولها، والخدمات المتوفرة في المجتمع المحلي وأي معدات ستحتاجها لمساعدتك على القيام بنشاطاتك اليومية في البيت.

اليوم ٤

- يجب أن تتحرك داخل الغرفة وخارجها، بشكل سليم، وقدرة الامكان. حاول أن تمشي إلى نهاية الممر أو أن تهبط الدرج وتصعده، إذا كان ذلك ممكنًا.
- اقرأ الكتيب التعليمي عن فشل القلب الاحتقاني. هذا الكتيب هو لك ويمكنك أن تأخذه معك إلى البيت حيث أنه يحتوي على معلومات لمساعدتك أنت وعائلتك على أن تتعلم كيفية إدارة حالتك الصحية والتعامل معها.
- قبل أن تغادر المستشفى، احرص على أن تعرف كيف تقوم بما يلي:
 - تحديد وإدارة الأعراض والدلائل التي تشير إلى فشل القلب؛
 - قياس وزنك يوميًا ومراقبة مستوى السوائل في جسمك؛
 - تخفيض كمية الملح والدهون في طعامك؛ و
 - تناول أدويةك (حتى لو كنت تشعر بتحسن في حالتك).

اليوم ٥-٦ – مغادرة المستشفى

- يجب أن تقوم بمراجعة خطة مغادرة المستشفى مع أحد أفراد الطاقم المشرف على رعايتك طبييًا. تأكد من أنك تفهم تمامًا الخطوات التالية وناقش معهم أي أسئلة أو استفسارات قد تكون مصدر قلق بالنسبة لك.
- يجب أن تتأكد، قبل مغادرتك المستشفى، من أنك تعرف كيفية إدارة الأعراض الصحية التي قد تتعرض لها، وتلاحظ عندما يزداد الوضع سوءًا وتعرف ما يجب عليك أن تفعله إذا حصل هذا فعلاً.
- سيقام معك أفراد الطاقم المشرف على رعايتك طبييًا مصادر الدعم الإضافية المتوفرة في البيت أو في المجتمع المحلي لمساعدتك على إدارة وضعك الصحي والبقاء مستقلًا بدون الاعتماد على الغير.
- احجز موعدًا لمقابلة طبيب العائلة الخاص بك مباشرة بعد مغادرتك المستشفى.