

Vad är hjärtsvikt?

Hjärtsvikt är ett tillstånd där hjärtats pumpförmåga är nedsatt. Det betyder att hjärtat inte orkar pumpa runt den mängd blod som behövs för att ge kroppens olika delar tillräckligt med syre och näring. Något som med tiden kan leda till att vätska samlas i lungorna och andra delar av kroppen.

Omkring 200 000 personer i Sverige beräknas leva med symtom på hjärtsvikt. Förekomst av hjärtsvikt ökar med ålder, bland personer som är 80 år har troligen 10 procent hjärtsvikt.

Varför får man hjärtsvikt?

Nedsatt pumpförmåga kan till exempel bero på hjärtinfarkt, kärlkramp, högt blodtryck, rytmrubbning, klaffel, hjärtmuskelsjukdom och hög alkoholkonsumtion. I vissa fall kan man inte säkert säga vad hjärtsvikten beror på.

Vilka besvär är vanligast?

Ett tidigt symtom är **andfåddhet**, särskilt vid ansträngning. Andfåddheten kan vara kombinerad med hosta eller oro. Den kan även komma i vila eller bli värre i liggande ställning.

Trötthet är ett annat symtom som beror på att kroppens organ och muskler inte får tillräckligt med blod och näring. Detta märks fram för allt vid ansträngning då det är vanligt att man blir trött i benen och tappat ork. Koncentrationssvårigheter och försämrat minne kan också förekomma.

Hur farligt är hjärtsvikt?

Hjärtsvikt är ett allvarligt tillstånd som oftast kräver livslång behandling. Prognosen beror på hjärtsviktens grad, hur gammal man är och andra eventuella sjukdomar. Under senare år har prognosen förbättrats tack vare bättre omhändertagande och effektivare läkemedel.

Utredning och behandling

Vanligen kan diagnosen ställas med hjälp av sjukdomshistoria, blodprover, lungröntgen och ultraljud av hjärtat. Läkemedel, olika hjälpmedel och förändring av levnadsvanor är viktiga delar av behandlingen.

Vanliga läkemedel vid hjärtsvikt:

- **ACE-hämmare** (t ex enalapril, ramipril), underlättar för hjärtat att pumpa ut blodet och motverkar vätskeansamling i kroppen. Mediciner som losartan och candesartan har också samma effekt. Vid **vätskebrist**, till exempel i samband med feber, kräkningar och diarre, ska man göra tillfälligt uppehåll med dessa läkemedel.
- **Betablockerare** (t ex metoprolol, bisoprolol, karvedilol), som får hjärtat att arbeta lugnare och motverkar hjärklappning
- **Vätskedrivande** (t ex furix, impugan, furosemid), som hjälper kroppen att driva ut överskott av vätska.

Fråga din läkare om det är några mediciner du ska undvika. Generellt ska man undvika inflammationshämmande läkemedel, NSAID (t ex ibuprofen och diklofenak) vid hjärtsvikt.

Hjärtsviktspacemaker

EKG och ultraljud kan visa att hjärtkamrarna arbetar i otakt och då kan det vara aktuellt med så kallad hjärtsviktspacemaker.

Vad kan du göra själv?

- Rökstopp är bra för både hjärta och blodtryck.
- Fysisk aktivitet är bra för hjärtat och välbefinnandet, men bör anpassas efter dagsformen. Be sjukgymnast hjälpa dig att träna rätt.
- Kontrollera vikten, helst dagligen, vid samma tillfälle på dygnet och med lika mycket kläder på. En stigande vikt kan vara tecken på att vätska samlas i kroppen.
- Vara uppmärksam på ökad andfåddhet, ökad bensvullnad eller trötthet. Det kan vara tecken på att hjärtsvikten förvärrats. Vid problem med svullna ben kan det hjälpa att ha benen i högläge och att använda stödstrumpor utan hård resårkant. Den vätskedrivande medicinen kan behöva ökas tillfälligt enligt den ordination du fått av din sjuksköterska eller läkare.
- Hålla normalt vätskeintag (ca 2 liter per dygn). Vid vätskeförlust eller ökat behov, till exempel feber eller diarré, behöver vätskeintaget öka.
- Minska intaget av alkohol, ett högt intag kan förvärra hjärtsvikt.
- Influensavaccin rekommenderas att du tar varje år.

Mer information finns på www.1177.se

Varningssignaler

Informera din läkare eller sjuksköterska så snart som möjligt om du upplever:

- Förvärrade andningsbesvär
- Tilltagande hosta
- Att du behöver fler kuddar för att sova bekvämt
- Andnöd nattetid
- Viktökning 2 kg på 3 dagar
- Ökad hjärklappning
- Mer svullna ben/anklar, ökat bukomfång
- Att orken försämras plötsligt, ökad trötthet

Mina kontakter:

Vårdcentral Vardagar 8-17	Tel:
Hjärtsviktsmottagning Växjö vardagar 8-16 Ljungby måndag-torsdag 8-16	Växjö tel: 0470-58 81 50 Ljungby tel: 0372-58 5046
Sjukvårdsrådgivningen Dygnet runt	Tel: 1177
Jourläkarcentralen Växjö Vardagar 17-21, helgdag 8-21	Tel: 0470-58 78 00
Hemsjukvård, kvälls- och nattpatrull Andra kontakter	

Sök akut – ring 112: vid kraftig andnöd, ihållande bröstsmärta mer än 15 minuter, svimning eller hjärtrusning

TILL DIG SOM HAR HJÄRTSVIKT

PATIENTINFORMATION

