

Patientinformation till dig med hjärtsvikt

Vad är hjärtsvikt?

Hjärtsvikt uppstår när hjärtats pumpförmåga inte kan möta kroppens behov. Hjärtmuskeln är av någon anledning försvagad och orkar inte pumpa runt blodet i tillräcklig utsträckning, vid hjärtsvikt försämras cirkulationen och blodstockning uppstår i lungorna, buken eller i benen.

Varför får man hjärtsvikt?

De vanligaste orsakerna till hjärtsvikt är högt blodtryck eller hjärtinfarkt. Vid en hjärtinfarkt skadas ett muskelområde i hjärtat och ombildas till ärrvävnad. Detta område kommer inte att bidra till pumpkraften och hjärtsvikt kan uppstå. Man kan också få hjärtsvikt på grund av fel på hjärtats klaffar. Då kan blodet läcka bakåt i systemet. Vid förmakflimmer pumpar hjärtat i otakt och pumpförmågan försämras. Man kan också få sjukdom i hjärtmuskeln av andra orsaker som gör att pumpkraften försämras, till exempel genetiska faktorer eller alkoholmissbruk.

Vilka besvär/symtom är vanligast vid hjärtsvikt?

Symtom såsom trötthet, andfåddhet vid ansträngning, bensvullnad eller svårt att andas i liggande läge är vanliga. Symtomen kan komma smygande under lång tid och därför vara svåra att upptäcka. Får du akut andnöd ska du alltid ringa 112.

Utredning

Vanligen kan diagnosen ställas med hjälp av sjukdomshistoria, blodprover, lungröntgen och ultraljud av hjärtat. Med hjälp av ultraljudet kan hjärtats pumpförmåga bedömas.

Hur behandlas hjärtsvikt?

Vid hjärtsvikt krävs mediciner, vanligtvis en livslång behandling. De vanligaste medicinerna vid hjärtsvikt är:

- ✓ **ACE- hämmare** (tex enalapril, ramipril), som sänker blodtrycket och underlättar för hjärtat att pumpa runt blodet.
- ✓ **Betablockerare** (tex metoprolol, bisoprolol, carvediol), som lugnar ner hjärtats puls och sänker blodtrycket.
- ✓ **Vätskedrivande** (tex furosemid, furix, spironolakton), som hjälper kroppen att bli av med överskottsvätska.

Ovanstående är de vanligaste medicinerna vid hjärtsvikt, men det kan finnas olika behandlingsalternativ beroende av vad orsaken till hjärtsvikten är. Fråga din läkare om det är några mediciner du ska undvika med just din kombination av mediciner. Generellt ska man undvika antiinflammatoriska läkemedel, NSAID (tex ibuprofen och diklofenak) vid hjärtsvikt.

Vad kan du göra själv?

- Rökstopp är bra för både hjärta och blodtryck.
- Begränsa mängden vätska du dricker till 1,5 liter/dag. För att minska törsten kan man dricka kallt vatten eller suga på en isbit.
- Undvik extra salt på maten.
- Fysisk aktivitet är bra för hjärtat. En sjukgymnast kan hjälpa dig hitta rätt nivå för din träning.
- Kontrollera vikten, helst dagligen, vid samma tillfälle på dygnet, med lika mycket kläder på.
- Viktuppgång kan vara tecken på att vätska samlas i kroppen.
- Uppmärksamma bensvullnad, ökad andfåddhet eller trötthet, detta kan vara ett tecken på att hjärtsvikten försämras. Medicinändringar kan behövas.
- Minska intaget av alkohol, ett högt intag kan förvärra hjärtsvikten.
- Känna till var du ska vända dig med frågor kring din hjärtsvikt, samt vara delaktig i planen för din uppföljning.

Hjärtmottagningen Hudiksvall

0650-92 105 | Telefontid mån–fre 9.00–10.30

Hjärtmottagningen Gävle/Sandviken

026-15 43 70 | Telefontid mån–fre 8.00–9.30