



دليل سريع لكيفية التعايش مع مرض قصور عضلة القلب



نود أولاً أن نتقدم بالشكر لكل من ساهم في وضع هذا الكتيب - بما في ذلك المرضى ومقدمي الرعاية الصحية وأخصائيي الرعاية الصحية - وذلك لمساهماتهم في ما نعتقد أنه وسيلة هامة لمساعدتك على التحكم في قصور عضلة القلب الذي تعاني منه.

لقد قمنا بكتابة هذا الكتيب ليكون دليلاً مرجعياً سريعاً لك كي تبدأ في فهم حالتك. نحن واثقون من أنك ستجد هذا الدليل مفيداً لك كما وجدته العديد من الأشخاص الذين يعانون من نفس المرض.

تم تطوير الدليل وإمداده بالمعلومات والدعم بمشاركة مؤسسة بامبينج مارفيلوس، وهي مجموعة بريطانية يديرها مرضى قصور عضلة القلب. ونود أن نخص بالشكر السيد "نيك هارتشورن إيفانس" المؤسس والمدير التنفيذي للمؤسسة والمريض بقصور عضلة القلب و"أنجلينا جريفز"، رئيسة طاقم العناية الإكلينيكية والممرضة المتخصصة في قصور عضلة القلب من مؤسسة بامبينج مارفيلوس، وذلك لتعاونهم المثمر في كتابة هذا الدليل.

ملحوظة: هذا الكتيب ليس المراد منه أن يحل محل أو أن يكون بديلاً للنصائح والاستشارات الطبية التي يقدمها أخصائي الرعاية الطبية الخاص بك، وإذا كانت لديك أي تساؤلات حول حالتك الطبية يجب عليك مناقشتها مع طبيبك في أقرب فرصة ممكنة.



ما هو مرض قصور عضلة القلب ولماذا أصبت به؟

أحياناً تسوء أعراض قصور عضلة القلب سريعاً. ويعرف هذا بالعرض الحاد أو قصور عضلة القلب الحاد^٣. وقد يحدث لوجود أمر عارض لن يدوم طويلاً، لكن قصور عضلة القلب الحاد يتطلب اللجوء إلى تدخل أخصائيي الرعاية الصحية^٣.

ما هو شعورك بعد التشخيص؟

أولاً دعنا نطمئنك - أنت لست وحيداً، وقد يكون إخبارك بانك تعاني من قصور عضلة القلب صدمة كبيرة. ففي الحقيقة، نحن لا نعلم أي شخص لديه آراء إيجابية حول الإصابة بقصور عضلة القلب. ولكننا نعلم أن كل من أصيب بالمرض يمر بمرحلة تؤدي به في النهاية إلى العثور على وسائل للتعايش مع قصور عضلة القلب وبدرجات مختلفة. من المهم أن نعي جيداً أننا جميعاً مختلفون وأن مشاركة المشاعر والأفكار أمر صعب في كثير من الأحيان - لكن خبراتنا توضح أن مشاركة هذه الأعباء تساعد فعلاً.

قد نجد بعض الأشخاص المصابين بالوهم فيما يتعلق بحالتهم الصحية وآخرين يريدون أن ينسوا ما أصابهم، ولكن الأهم هو أن تؤمن بقدرتك على التحكم في المرض وأن تصل إلى طريقة لتحقيق ذلك.

في هذا الكتيب توجد بعض العناصر التي ستمنحك القدرة على البدء في رحلة التغلب على المعوقات والتعايش مع قصور عضلة القلب. برغم صعوبة هذه المعوقات فإننا نؤمن أنها ستزول بمرور الوقت.

كن إيجابياً

القلب عبارة عن عضلة وظيفتها ضخ الدم لجميع أنحاء الجسم. ولكن عند الإصابة بقصور عضلة القلب يصبح القلب عاجزاً عن ضخ الدم بصورة سليمة وغالباً ما يتضخم نتيجة اضطراره لبذل مجهود إضافي^١.

ويختلف قصور عضلة القلب عن الأزمة القلبية - التي تحدث بسبب انخفاض معدل الدم الذي يصل للقلب نتيجة حدوث جلطة بالشرابين التي تمده بالدم^٢.

وعموماً هناك دائماً سبب لعدم قدرة قلبك على ضخ الدم بشكل صحيح. ففي أغلب الأوقات يحدث هذا نتيجة تلف يصيب عضلة القلب بسبب انخفاض معدل الدم الذي يصل إليها^٣. وقد يحدث ذلك نتيجة للإصابة بأزمة قلبية، أو ارتفاع ضغط الدم الذي بدوره يضر بالقلب. وهناك أسباب أخرى تشمل^٣:

- اعتلال كفاءة القلب لإصابته بفيروس
- خلل في نبضات القلب
- وجود عيب خلقي وراثي بالقلب
- تلف صمامات القلب
- الإفراط في تناول المشروبات الكحولية
- تناول العقاقير المنشطة
- بعض أنواع العلاج الكيميائي
- في بعض الحالات النادرة هناك نوع من قصور عضلة القلب يحدث بسبب الحمل
- في بعض الأحيان لا نستطيع تحديد السبب.

التعامل مع قصور عضلة القلب

لا شك في خطورة هذا المرض الذي يصيب القلب.

ولكن الخبر الجيد هو أن هناك تفهم كبير لهذا المرض والعديد من العلاجات الفعالة المتوفرة حالياً والجاري تطويرها.

يمكن لهذا الكتيب أن يمدك ببعض الأفكار عن أشياء قد تفعلها لتساعد نفسك وتقوم بدور فعال في التحكم في حالة قلبك المرضية. أظهرت الأبحاث وتجارب المرضى أن الأشخاص القادرين على التعايش مع مرضهم والتحكم فيه يشعرون بسعادة أكبر ويستطيعون العيش بصورة أفضل.^٤

أين أنت في نيويورك؟

قد يبدو هذا السؤال غريباً ولكن المرضى و الاطباء وأخصائيي الرعاية الصحية غالباً ما يجدون مقياس تصنيف "جمعية القلب بنيويورك" مفيداً في تصنيف مراحل الحالة طبقاً لقدرة الشخص على أداء مجهود بدني.^٢ فما هو موقعك في هذا التصنيف اليوم؟ يجب أن تعلم أن تصنيفك قد يتغير وفقاً للتغيير الذي يحدث لحالتك وطرق علاجك.

الأعراض ⁵	تصنيف جمعية القلب بنيويورك
أستطيع أن أقوم بأداء جميع الأنشطة البدنية دون الشعور بضيق في التنفس أو إعياء أو خفقان في القلب.	I
أشعر بضيق في التنفس أو إعياء أو خفقان في القلب عند القيام بأنشطة أكثر إجهاداً. على سبيل المثال عند المشي على المنحدرات الحادة أو صعود مجموعة من السلالم.	II
أشعر بضيق في التنفس أو إعياء أو خفقان في القلب عند القيام بأنشطة يومية معتادة (مثل المشي على مسطح مستقيم).	III
أشعر بعدم القدرة على التقاط انفاسي وغالباً ما أُلزم البيت. لا أستطيع القيام بأي نشاط بدني دون الشعور بضيق في التنفس أو الإعياء أو الخفقان.	IV

إن الأشخاص الذين يعانون من هذه الحالة المرضية غالباً ما يجدون داخل أنفسهم قدر محدود من الطاقة - مثل البطارية - والتي تمنحهم القدرة على الحياة كل يوم. ولكن كمية الطاقة بداخل بطارياتك تعتمد عموماً على تقييم حالتك طبقاً لتصنيف جمعية القلب بنيويورك. فكما تفكر في الاستفادة القصوى من طاقة البطارية فإنه من الصواب أن تفكر أيضاً في كمية الطاقة التي تمتلكها وتحاول أن تخطط لكيفية استخدامها خلال اليوم لممارسة الأنشطة الأكثر أهمية بالنسبة لك.

"استمع الى جسدك، حافظ على هدوئك، احصل على قدر من الراحة واحشد طاقتك لتبدأ من جديد"

أوبيردان، مريض بقصور عضلة القلب، إيطاليا

هناك بعض الأشياء التي يجب أن تفكر بها كنتيجة لتصنيفك طبقاً لجمعية القلب بنيويورك وهي:

- عملك
- القيادة
- الأنشطة الاجتماعية
- الحياة الجنسية

تحدث إلى الطبيب الخاص بك عن أي تغييرات قد تحتاج لإجرائها في أنشطتك اليومية حتى تتمكن من الحفاظ على مستويات طاقتك والحصول على أقصى استفادة منها يومياً.

إذا علمت موقعي الآن من تصنيف جمعية القلب بنيويورك - فما الذي يجب علي فعله لمساعدة نفسي؟

بقدر الإمكان ركز على الشعور بالإيجابية وتحدث مع نفسك دائماً عن قدرتك على تخطي الصعاب - فهذه الطريقة فعالة وستساعدك على التحكم في حالتك المرضية.

الرياضة. تستجيب كل العضلات للمجهود الرياضي- وبالمثل فقلبك شأنه شأن كل العضلات.



تحدث إلى الطبيب الخاص بك حول وضع برنامج رياضي مناسب لحالتك. وفي هذه الاثناء، استمع جيداً الى جسديك - أضبط سرعتك وتذكر بطارية طاقتك الداخلية. فإذا ما أوشكت الطاقة على النفاد، استرح وتروى.

النظام الغذائي. استشر الطبيب الخاص بك حول النصائح التي يمكنك من اتباع نمط حياة صحي. قد تجد أن تناول وجبات صغيرة يساعدك، حيث أن هضم كميات صغيرة من الطعام يساعد في تقليل الضغط الواقع على كلاً من الجسم والقلب.



الملح. انتبه جيداً لمقدار الملح الذي تتناوله. فمن المعروف أن الملح قد يؤثر في قدرة الجسم على الاحتفاظ بالسوائل، والذي قد يشكل ضغطاً على القلب. حاول أن تختار الوجبات التي تحتوي على كمية قليلة من الملح وقلل من كمية الملح الذي تضيفه إلى وجباتك.



التدخين. إذا تم تشخيص حالتك بقصور عضلة القلب، يجب عليك الإقلاع عن التدخين.



المشروبات الكحولية. حاول أن تلتزم بالنسب المصرح بها يومياً وأسبوعياً من المشروبات الكحولية.



”حافظ على نشاطك البدني واستمتع بالحياة!“

رندا، مريضة بقصور عضلة القلب، مصر

قم بمراقبة قصور عضلة القلب

المرضى الذين يعانون من هذا المرض يقولون أنهم يعيشون أياماً جيدة وأخرى سيئة. والنصيحة العامة هي ألا تجهد نفسك خلال اليوم- تذكر بطارية الطاقة الخاصة بك. وعلى الرغم من ذلك، هناك بعض الأشياء المحددة التي يجب أن تراقبها - في الجدول التالي بعض الأعراض الأساسية التي قد تواجهها والنصائح اللازمة لكي تتغلب عليها^{٦،٣}

”كن ذكياً واستمع إلى قلبك“

تانيا، مريضة بقصور عضلة القلب، بروناي

قم بمراقبة...	النصائح	استشر الطبيب الخاص بك إذا...
الزيادة المفاجئة في الوزن. الزيادة المفاجئة في الوزن قد تدل على تجمع السوائل في الجسم لأن قصور عضلة القلب يزداد سوءاً.	<ul style="list-style-type: none"> • قم بوزن نفسك يومياً في نفس الموعد. • راقب مستوى تناولك للسوائل. لا تتجاوز الكمية المصرح بها من الطبيب الخاص بك. 	<p>زاد وزنك بمعدل حوالى ١.٨ - ٣.٢ كيلوجرام على مدى ٢-٣ أيام^٧</p>
التورم. حينما يحتفظ الجسم بالسوائل قد تلاحظ ظهور تورم في الجزء الأسفل من الساقين أو البطن أو القدمين.	<ul style="list-style-type: none"> • ارفع ساقيك وضعهما على كرسي. • احصل على فترات من الراحة خلال اليوم. أخذ قيلولة في فراشك قد يساعد. 	<p>ازداد التورم واصبح أسوء.</p>
التنفس. في بعض الأحيان قد تتجمع السوائل في الرئتين مما قد يؤثر سلبيًا في عملية التنفس.	<ul style="list-style-type: none"> • تأكد من حصولك على قدر وافر من الراحة. • حاول ألا تجهد نفسك وأن تحافظ على طاقتك. إذا وجدت صعوبة أكثر في التنفس ليلًا حاول أن ترفع رأسك باستخدام عدد من الوسادات. 	<p>أصبحت حالة تنفسك أو سعالك أسوأ</p>
الإرهاق. الكثير من المصابين بهذا المرض القلبي عادةً ما يشعرون بالحمول.	<ul style="list-style-type: none"> • تذكر بطارية طاقتك. حافظ على وتيرة نشاطك اليومي وتأكد من حصولك على قدر مناسب من الراحة. 	<p>أصبح الإرهاق أسوأ وأثر على أنشطتك اليومية.</p>
الدوخة/الدوار الخفيف. إن حالتك المرضية والأدوية التي تتناولها قد تسبب شعورك بالدوخة و/ أو الدوار الخفيف	<ul style="list-style-type: none"> • لا تتحرك بسرعة! • حاول ألا تقف أو تتحرك بسرعة مفاجئة. • انهض من السرير برفق وخذ كل الوقت الذي تحتاجه قبل أن تحاول المشي. 	<p>وجدت أن هذا يؤدي بك إلى التعثر والسقوط أرضاً.</p>

الأدوية والتدخلات الطبية

العلاجات

كيف تم تشخيص إصابتي بقصور عضلة القلب؟^{١٥}

قد تكون أجريت عدداً من اختبارات الدم والتصوير والمسح لقلبك من الطبيب وذلك للتأكد من إصابتك بقصور عضلة القلب.

• اختبارات الدم

هذه اختبارات روتينية لفحص قدرة الكليتين والكبد على العمل بكفاءة. وكذلك إذا كنت تعاني من فقر الدم (الأنيميا) (حيث يكون عدد خلايا الدم الحمراء أقل من الطبيعي أو أن مستوى الهيموجلوبين أقل من المعدل الطبيعي داخل خلايا الدم الحمراء) أو لديك بعض المشكلات في الغدة الدرقية (غدة كبيرة في العنق)، يتم إجراء اختبارات الدم للوقوف على مدى تأثيرها أو تسببها في قصور عضلة القلب الذي تعاني منه.

هناك اختبار محدد غالباً ما يتم إجراؤه لقياس مستويات "natriuretic peptides" (نوع من الهرمون الذي ينتجه القلب) والذي يدل على إصابتك بقصور عضلة القلب.

• الصورة البيانية الكهربائية للقلب (ECG)

هذه الوسيلة تمنح الطبيب صورة شاملة للقلب. توضح إذا كان القلب سريع جداً أو بطيء جداً وإذا كانت هناك مشاكل في قلبك قد تكون حدثت بالماضي.

• تخطيط صدى القلب

هذا إجراء أساسي في تشخيص قصور عضلة القلب. فهو يعطي صورة لقلبك تبين كفاءة ضخ الدم من القلب وحجمه وحالة الصمامات.

هناك بعض صور القلب أكثر تطوراً ويتم إجراؤها لمساعدة الطبيب على فهم حالة قلبك.

”من المهم أن تتناول أدويةك بانتظام لأنها تساعدك على مواجهة الأعراض“

جين، مريضة بقصور عضلة القلب، فرنسا

إذاً كما ذكرنا فإن أحد الأركان الأساسية لدعم وظائف القلب هي الدواء.

بعض النصائح الضرورية لتناول الأدوية:

- كن مسؤولاً عن دوائك. فيجب أن تعلم تحديداً ماذا تتناول، وعدد الجرعات، كما يجب أن تفهم أسباب تناولك لهذا الدواء.
- قد يتسبب الدواء أحياناً في شعورك بالتعب في البداية ولكن سرعان ما ستشعر بالتحسن بعد ذلك، فلا تستسلم أو تقلع عن تناول الدواء فجأة قبل أن تستشير الطبيب الخاص بك.
- قد تكون عملية تحديد الجرعة المناسبة لك بطيئة، وذلك لأن بعض الأقراص يجب أن يتم تناولها بجرعة بسيطة أولاً ثم يتم زيادة الجرعة تدريجياً فلذلك لا تياس- ستشعر بالتحسن في النهاية.
- قد يتطلب الأمر منك تناول عدة أنواع من الأقراص - فكل نوع وظيفة محددة.
- حاول ألا تنسى تناول أدويةك وتأكد من تناولها في الأوقات المحددة لك. قد يساعدك وجود جدول يومي على تنظيم مواعيد تناول الأدوية.
- تذكر أن هذا الوضع بمثابة شراكة بينك وبين الطبيب الخاص بك، فلذلك يجب أن تتناقش معه حول تأثير الأدوية عليك وإذا كان لديك أي سؤال أو تحتاج للمساعدة فلا تتردد في سؤاله.

الأجهزة التي يتم زرعها جراحياً لتنظيم ضربات القلب

• علاج اختلال التزامن القلبي (CRT) / جهاز ناظمة البطينين^١

قد يكون جهاز ناظمة البطينين لعلاج اختلال التزامن القلبي مناسباً لبعض المرضى المصابين بقصور عضلة القلب، حيث ترسل هذه الأجهزة إشارات كهربائية بالغة الصغر إلى القلب لمساعدته على النبض بصورة متزامنة سليمة وبالتالي تساعد القلب على ضخ الدم بصورة أفضل. وبالرغم من ذلك فإن هذه الأجهزة تلائم فقط ثلث عدد المصابين بقصور عضلة القلب.

• جهاز إزالة الرجفان ومقوم نظم القلب^٢ (ICD)

القلب لا ينبض فقط ولكنه ينبض بإيقاع محدد. وفي بعض الأحيان قد توجد مشكلة في هذا الإيقاع مما يؤدي إلى عواقب وخيمة. في مثل هذه الحالات قد ينصح باستخدام ICD. ويتطلب ذلك زرع صندوق صغير أسفل الجلد الموجود أعلى الصدر- ويتم وصل الأسلاك بعضلات القلب من طرف وبالجهاز المزروع من الطرف الأخر. وهذا الإجراء يتيح إمكانية التعامل مع المشاكل المميته لاختلال إيقاع القلب.

أحياناً يتم دمج CRT و ICD في جهاز واحد

”تذكر جيداً أنك الآن أصبحت أفضل مما كنت عليه بعد علمك
بالمرض- أنت الآن تتلقى العلاج“

لويس، مريضة بقصور عضلة القلب، المملكة المتحدة

توطيد علاقتك مع أخصائيي الرعاية الصحية الخاصين بك

قد يكون لديك متخصص في قصور عضلة القلب لمتابعة حالتك أو تكون على اتصال بطبيب العائلة أو ممرضة متخصصة. فأيا كان من يعتني بك فمن المهم أن تحاول بناء علاقة صادقة ومنفتحة معه. وإليك بعض الطرق التي قام بها عدد من المرضى في سبيل ذلك:

- ١ كن مستعداً. قبل أن تذهب إلى موعدك مع الطبيب . قم بكتابة ملاحظات عن أي مشكلة تواجهك أو سؤال لديك لتناقشه فيه.
- ٢ لا تقلق من طرح أي سؤال حتى وإن بدا لك بسيطاً.
- ٣ أفصح عن الأشياء التي تهلك. فإذا كانت هناك أمور لها أهمية كبيرة في حياتك، لا بد أن تخبر الطبيب عنها حتى يتسنى له وضعها في الحسبان عند مناقشة علاجك أو عوامل أخرى.
- ٤ كن متأهباً. تذكر جيداً أن تصل إلى طبيبك في الوقت المحدد. ولتكن العلاقة بينكما قائمة على الاحترام.

عائلتك، أصدقاؤك / مقدمي الرعاية الصحية الأساسيين

يقول كثيرون أن أكثر الناس أهمية في مساعدتهم على التعايش مع حالتهم هم شركاؤهم الاجتماعيين أو مقدمي الرعاية الصحية الأساسيين. قد تجد أن الوسيلة المناسبة لمساعدة الأهل والأصدقاء على تفهم حالتك بكل ما فيها من إيجابيات وسلبيات لمشكلة قلبك هي من خلال هذا الكتيب.

فبالإضافة إلى هذا الكتيب، يوجد كتيب خاص لمقدمي الرعاية الصحية والذي قد توصي به لمن يساعدك في التعايش مع حالتك.

أن تشخص بمرض قصور عضلة القلب يعد نقلة مهمة في حياتك. سوف نتحدث عن فريق الدعم الخاص بك ولكننا ندرك أنه ليس كل الأشخاص لديهم مثل هذا الدعم في حياتهم لذلك يجب عليك التحدث مع الطبيب عن الأشخاص المناسبين للانضمام إلى فريق الدعم الخاص بك. تذكر أنه ليس عليك مواجهة قصور عضلة القلب بمفردك. كما يجب أن تعلم أن الفريق الخاص بك يمكن أن يتكون من شخصين فقط.

إن وظيفة فريق الدعم هي مساعدتك في تحمل العبء واتخاذ القرارات والتخطيط ليتمكن الجميع من المشاركة و توفير الدعم الحقيقي المطلوب. يمكن أن يتكون الفريق من الطبيب وأقرب الأفراد إليك من الأصدقاء والعائلة أو من تتعامل معهم بشكل مستمر في حياتك اليومية. قد تتواصل مع أشخاص يعانون بالمثل من قصور عضلة القلب - مما يتيح لك فرصة تبادل الخبرات التي تعد جزءاً هاماً في عملية التعايش مع المرض. فيجب عليك أن تكون صادقاً و منفتحاً فيما يخص مشاعرك لكي تجعل أفراد فريقك يفهمون مشاعرك وما تمر به ليتمكنوا من مساعدتك بشكل أفضل.

”إن زوجي، وأطبائي، والممرضات، وعائلتي جزءاً هاماً في الفريق الذي يساعدني على هزيمة قصور عضلة القلب كل يوم“

أسئلة لطرحها على الطبيب

إن الوقت الذي تمضيه مع الطبيب مهم جداً- لذلك فكر جيداً في الأشياء التي تود أن تسأل عنها.

إليك بعض النصائح:

- إذا تعذر عليك فهم شيء فلا تخجل من طلب التوضيح - إنها صحتك من المفيد أن تحتفظ بمذكرة يومية - تدون فيها وزنك ومدى استجابتك للعلاج لكي تساعدك في التواصل مع طبيبك حول مدى استجابتك وتحسنك
- خذ معك قائمة بكل أسماء الأدوية والأقراص التي تتناولها
- اكتب في ورقة ما الذي تريد أن تخرج به من اجتماعك مع الطبيب قبل أن تذهب إليه

أمثلة توضيحية

فيما يلي بعض الأمثلة حول الأسئلة التي من الممكن أن تطرحها على الطبيب:

- ما هي مرحلة مرضي بقصور عضلة القلب؟ ما هو تصنيفي طبقاً لمقياس جمعية القلب بنيويورك (NYHA)؟
- كيف ترى تأثير هذا المرض على أنشطتي اليومية؟
- ما الذي يجب أن أتوقعه في غضون الأسابيع أو الشهور أو السنين القادمة؟ ما هو المدى المتوقع لتقدم الحالة؟
- ما هي أهم الأشياء التي يمكنني القيام بها للتعيش مع حالتي؟
- هل يجب أن أغير النظام الغذائي؟
- ما هو مقدار التمارين/الأنشطة البدنية التي أستطيع القيام بها؟ وما هي الأنشطة التي يفضل أن أبدأ بها؟

- ما هي كمية المياه الممكن شربها يومياً؟
- ما هي أنواع الضوابط الصحية التي احتاج إلى القيام بها في المنزل وكيف أقوم بعمل ذلك؟
- إذا لاحظت زيادة أو تطور مفاجئ في الأعراض، من الذي يجب أن أتواصل معه وما هي أفضل طريقة للوصول إليهم؟
- ما هي العلاجات/الأدوية التي يجب علي أن أتناولها؟
- ما الذي يجب علي فعله إذا نسيت تناول جرعة الدواء؟
- هل يجب علي تناول مدرات البول؟
- ما هي عدد المرات التي يجب أن أقوم فيها بزيارة الطبيب/ أخصائي الرعاية الصحية؟
- ما هو التصرف المناسب إذا شعرت بالقلق أو الخوف من حالة قصور عضلة القلب لدي؟
- هل هناك أي خدمات دعم محلية متاحة قد تنصح بها؟

- 1 Harrison's 'Principles of Internal Medicine', Seventeenth Edition pages 1442 - 1455
- 2 American Heart Association, What is a heart attack.
Available at http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HeartAttack/AboutHeartAttacks/About-Heart-Attacks_UCM_002038_Article.jsp
Last assessed: April 2015
- 3 Mosterd A, Hoes A, et al. Clinical epidemiology of heart failure, Heart 2007;93:1137-1146
- 4 Obieglo A, Uchmanowicz I, et al. The effect of acceptance of illness on the quality of life in patients with chronic heart failure, European Journal of Cardiovascular Nursing; 1:7:2015
- 5 Holland R, Rechel B et al. Patients' Self-Assessed Functional Status in Heart Failure by New York Heart Association Class: A Prognostic Predictor of Hospitalizations, Quality of Life and Death. Journal of Cardiac Failure 16:2:2010
- 6 American Heart Association, Warning signs for heart failure.
Available at: http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HeartFailure/WarningSignsforHeartFailure/Warning-Signs-for-Heart-Failure_UCM_002045_Article.jsp
Last assessed: April 2015
- 7 Chaudhry A, Wang Y, et al. Patterns of weight change preceding hospitalization for heart failure, Circulation. 2007;116:1549- 1554
- 8 McMurray J, Adamopoulos S, et al. ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure 2012, European Heart Journal (2012) 33, 1787–1847

ما هي الأسئلة الأخرى التي قد تفكر في طرحها على الطبيب؟
[مخصص للمرضى لكتابة الأسئلة]

للمزيد من المعلومات حول قصور عضلة القلب، قم بزيارة:

WWW.KEEPITPUMPING.COM