



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院
心臟衰竭護理指導

| | |
|------|----------|
| 編號 | ND 心-004 |
| 製訂日期 | 2004. 07 |
| 三修日期 | 2018. 03 |

一、症狀：咳嗽、疲倦及軟弱無力、呼吸困難、心跳不規則、胸悶、端坐呼吸（嚴重時無法平躺）、焦慮不安及夜間陣發性呼吸困難、食慾不振、噁心、心悸、頭暈、下肢水腫、尿量減少，嚴重者會有腹水及黃疸。

二、護理：

1. 適當的休息、保持舒適安寧的環境、限制訪客、減輕焦慮、保持愉快的心情。
2. 注意四肢末梢循環，觀察有無冰冷、發紫。

3. 飲食：

①低鹽飲食：鹽分每日 3-5 公克（約一小湯匙），避免攝取罐頭及醃製類製品（如：醬菜、滷味、醬油、香腸及火腿等）②限制水分攝取：每日 1000-1500ml，避免攝取過多流質食物及水份高之水果類（如稀飯、果汁、瓜果類等）③避免刺激性及產氣食物（如咖啡、酒類、茶類或辣椒、韭菜等）

4. 日常生活：

- ①減少造成心臟負擔的因素，例如：避免感冒、感染、貧血及減少壓力。
- ②限制或減少活動、鼓勵盡量臥床休息、並做深呼吸、咳嗽以清除呼吸道分泌物，促進氧氣的輸送以利肺部擴張。
- ③不可太用力排便，以免增加心臟負荷，宜採取高纖食品及依處方服用軟便劑，並養成定時排便習慣。
- ④戒酒、戒菸及避免吸二手煙，養成規律生活作息，維持愉悅情緒。
- ⑤避免太冷太熱、溫差太大、空氣不好的環境，如：洗三溫暖、泡溫泉。
- ⑥當病況穩定好轉時逐漸增加活動時間，可於住院期間與醫師討論適合之運動，活動時如有心悸或呼吸困難，應停止活動。

5. 特別注意事項：

- ①每日早餐前固定測量體重，體重超過 1.5 公斤/日，則可能是水分滯留體內。
- ②女性如想要懷孕時，應與醫師詳細討論是否合適。
- ③觀察有無復發症狀：如有呼吸急促、咳嗽、下腹腫脹、下肢水腫時應就醫。
- ④出院後應按時服藥及定期門診追蹤。

※諮詢電話：08-7368686 轉_____



屏基關心您 祝您早日康復