



# HJERTESVIGT

(Nedsat pumpefunktion af hjertet)

A large, stylized graphic of a heart shape composed of thick, flowing lines in shades of grey and light blue, set against a yellow background. A small red heart icon is positioned at the bottom center of the graphic, partially overlapping the text box.

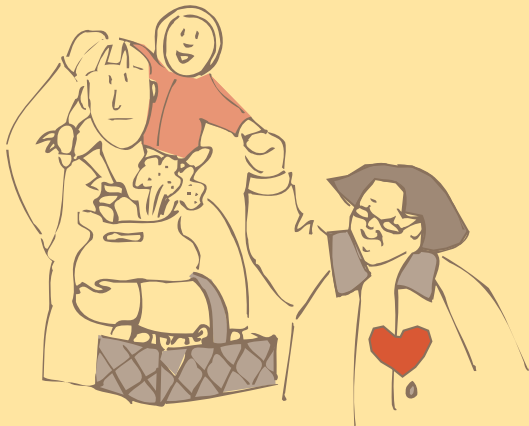
VEJLEDNING TIL PATIENTER

Pjecen "Hjertesvigt" er tilegnet patienter med nedsat pumpefunktion af hjertet. Vi håber, den kan være med til at afdramatisere sygdommen og behandlingsforløbet. Pjecen er kortfattet og ment som et oplæg til en mere uddybende samtale.

Med venlig hilsen

Anna Marie Jensen, sygeplejerske  
Sussie Jensen, illustration og layout  
Janne Friis, klinikoversygeplejerske  
Hanne Rasmussen, overlæge

Hjerteinsufficiens klinikken  
Frederiksberg Hospital  
Region Hovedstaden

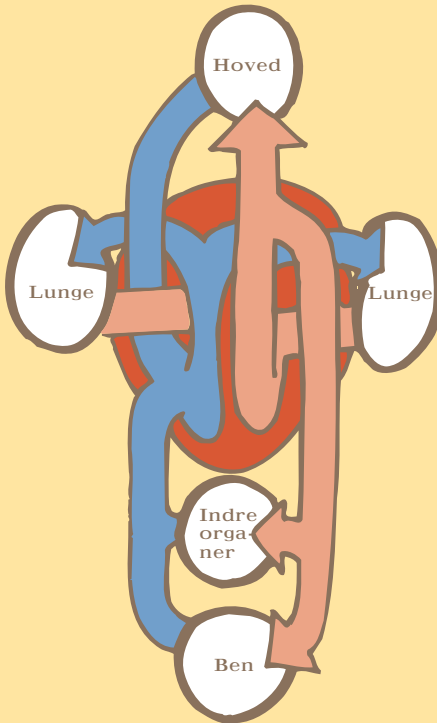




## NORMALE FORHOLD

Hjertet sidder i venstre side af brystkassen, og består af venstre og højre hjertekammer (samt venstre og højre forkammer).

Venstre hjertekammer pumper blodet til hjerne, muskler og organer. Her afgives ilt fra blodet.



Blodet transporteres derefter tilbage til højre hjertekammer, der pumper blodet ud i lungerne, hvor det iltes.

Hjertet selv forsynes med blod fra kranspulårene, som ligger uden på hjertet.

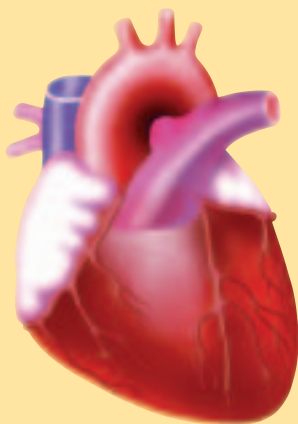
# TEGN PÅ HJERTESVIGT



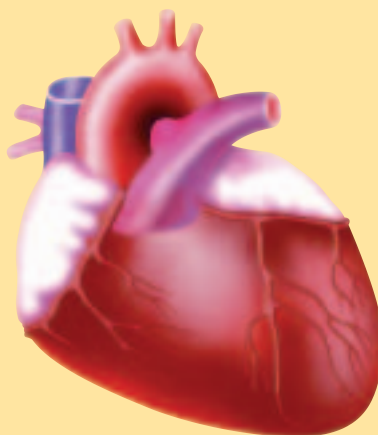
## (Nedsat pumpefunktion af hjertet)

Hjertesvigt er en tilstand, hvor hjertekamrenes funktion er nedsat. Venstre hjertekammer forstørres som følge af den nedsatte pumpefunktion.

Tilstanden kan medføre ophobning af væske i lungerne og andre steder i kroppen. Hjertesvigt kan udvikles gradvist over uger eller pludseligt i løbet af timer.



Normalt hjerte



Hjerte med hjertesvigt

De tidligste tegn på svigt af venstre hjertekammer er:

- Åndenød
- Træthed ved anstrengelse
- Senere kan der komme åndedrætsbesvær og hoste om natten
- Ved svigt af højre hjertekammer kan der komme hævelse af ankler og ben, samt forstørrelse af leveren og væske i bughulen.

Mange af disse tegn kan være forbigående.

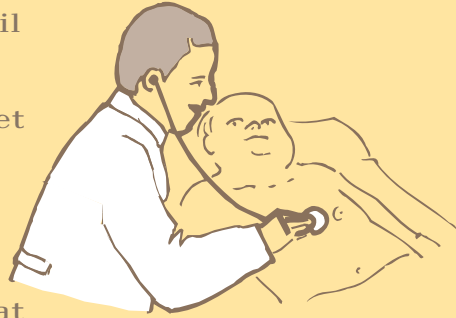


## UNDERSØGELSER

Der er mange mulige årsager til hjertesvigt, de hyppige er:

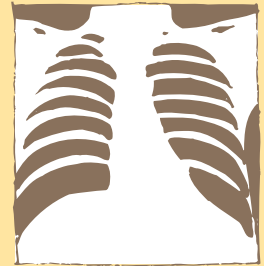
- Følger efter blodprop i hjertet
- Forhøjet blodtryk
- Hjerteklapsygdom
- Hjertemuskelsygdom

For at give den bedst mulige behandling er det nødvendigt at finde årsagen til hjertesvigt samt vurdere sværhedsgraden af sygdommen.



Derfor foretages der sædvanligvis forskellige undersøgelser:

- Klinisk undersøgelse med henblik på blandt andet mislyde ved hjertet (hjertestetoskopi), vand i lungerne (lungestetoskopi), forstørrelse af leveren og hævelse af benene.
- Elektrokardiogram (EKG) viser blandt andet hjerterytmen
- Røntgenundersøgelse af hjerte og lunger.
- Ekkokardiografi (ultralydsundersøgelse af hjertet).
- KAG (Koronararteriografi) (Røntgen undersøgelse af hjertets kranspulsåre).
- Blodprøver specielt med henblik på saltbalancen.





## VANDDRIVENDE MEDICIN:



Væskeophobning i kroppen er forudgået af ophobning af salt (natrium). Derfor skal du undgå at spise ekstra salt til maden og at drikke saltholdigt mineralvand.

Vanddrivende medicin anvendes til at fjerne væskeophobningen. Medicinen virker ved at nyrerne udskiller ekstra meget salt (natrium) i urinen og så følger vandet med ud.

Ved behandling med vanddrivende midler udskilles der for meget af et andet salt (kalium), hvorfor du sædvanligvis skal tage kaliumtabletter eller mikstur. Mange patienter kan få glæde af at få yderligere vanddrivende medicin f.eks. Spiron.

## HJERTEAFLASTENDE MEDICIN:

### ACE-hæmmere:

ACE-hæmmere virker ved at nedsætte modstanden i de små pulsårer. Dette aflaster hjertet og medfører mindre åndenød. Imidlertid nedsætter medicinen blodtrykket, hvilket undertiden kan give svimmelhed i stående stilling. Denne type medicin kan i nogle tilfælde give tør hoste. Hvis ACE-hæmmere ikke tåles kan i stedet gives AT-2-hæmmere, hvis virkning svarer til ACE-hæmmere. De stoffer, der har vist sig meget effektive i behandlingen af nedsat hjertepunpefunktion, er en kombineret behandling med ACE-hæmmere og betablokkere.

## HJERTEBESKYTTENDE MEDICIN:

### Betablokker:

Når hjertets pumpefunktion ned-sættes, reagerer kroppen ved at øge pulsen. Det stimulerer på kort sigt hjertet til at pumpe hurtigere men belaster og udmatter hjertet på længere sigt. I de senere år er det påvist, at man kan modvirke denne belastning af hjertet ved at behandle med såkaldte “betablokker”.

Behandling med betablokker med-fører, bl.a. at pulsen falder.

Behandlingen er dermed energi-besparende for hjertet og giver færre symptomer. Dog får en del patienter bivirkninger i de første uger til måneder, og må acceptere en midlertidig forværring af symptomerne. Dette kan medføre, at der i en periode er behov for mere vanddrivende medicin. Forværrin-gen aftager gradvist, og der kom-mer en forbedring i almentil-standen.



## HJERTESTYRKENDE MEDICIN:

Enkelte patienter har glæde af digoxin. Det kan også bruges som behandling ved forstyrrelser af hjerterytmen. Det udskilles lang-somt fra nyrerne og kan give kvalme og diarré, hvis man får for meget.



## FYSISK AKTIVITET OG BELASTNING

Du må meget gerne bevæge dig og dyrke motion, f.eks. motionscykling.

Hvis du oplever at dine kræfter er begrænsede, kan det være nødvendigt at prioritere dine aktiviteter og overlade tungere opgaver til andre.

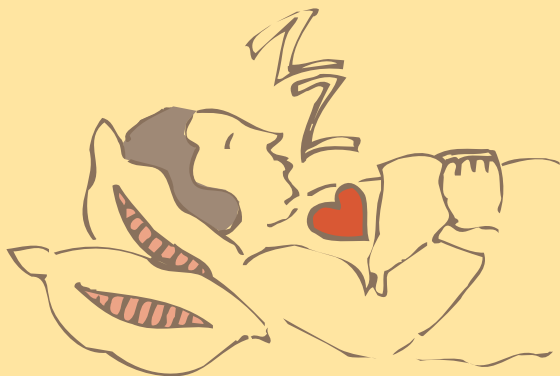


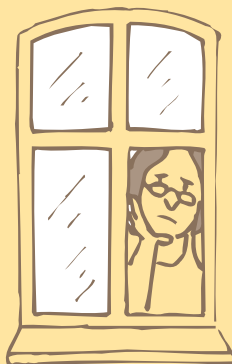
Du kan fortsætte med dit sexliv. Belastningen for hjertet er ikke større end trappegang.

Hvis du skal foretage dig noget, som vil give dig åndenød, eksempelvis trappegang eller samleje, kan du forebyggende tage en nitroglycerintablet under tungen.



Hvile er godt for dit velbefindende, tag derfor et hvil eller flere i løbet af dagen. Det er vigtigt, at nattesøvnen er god. Hvis du er generet af åndenød og hoste trods bedst mulig behandling, kan det ofte afhjælpes med flere hovedpuder eller forhøjet hovedgærde.





Det er normalt at reagere med nedtrykthed på en fysisk sygdom. At dele dine tanker og følelser med andre kan hjælpe, så sørg for at tale med nogen om det, hvis du er nedtrykt. Hvis du ikke har det bedre efter en tid, må du diskutere det med din læge.

Tab ikke modet, fordi du har hjertesvigt. Du kan leve længe med et hjerte, der har nedsat pumpefunktion, hvis du passer på det.



## TOBAK



Rygning er en af årsagerne til forkalkning i årerne, hvilket senere kan medføre hjertesvigt. Derfor anbefales det at lægge tobakken på hylden. Rygeplastre, tyggegummi eller andre nikotin-afvænningsprodukter kan være en hjælp i starten.

## MAD OG DRIKKE



Overvægt belaster hjertet yderligere. Hvis du er overvægtig og ønsker at tabe dig, kan du få råd og vejledning af en diætist. Det er vigtigt at undgå fedt. Spis i stedet for de kulhydrater, som findes i gryn, pasta, ris, kartofler, brød samt grøntsager og frugt.

Nogle oplever nedsat appetit. Her kan det hjælpe at spise hyppige små måltider. Eventuelt kan det gavne med kosttilskud (protein-tilskud som drik kan købes på apoteket).



Du bør undgå at drysse salt på maden eller drikke saltholdigt mineralvand. I stedet kan du på apoteket købe "erstatningsalt", der smager som salt.



Alkohol kan være en årsag til udvikling af hjertesvigt. Hvis dette er tilfældet, bør du helt undgå alkohol.

## AMBULANT KONTROL OG MEDICIN

For at sikre at behandlingen fortsat er den bedst mulige, bør du gå regelmæssigt til kontrol hos læge eller sygeplejeske. Du bør ikke ændre på din medicin, uden at have aftalt det med din læge/hjerteklinikken, med mindre du har en speciel aftale vedrørende f.eks. den vanddrivende medicin, da en ændring kan have en uheldig virkning på dig.

Tilsvarende kan du ikke forvente, at medicinen virker, hvis du glemmer at tage den.



# HVORNÅR SKAL DU HENVENDE DIG HOS LÆGEN I HJERTEKLINIKKEN?

Det er vigtigt at “lytte til din egen krop” og derved være opmærksom på begyndende forandringer. Specielt skal man være opmærksom på:

- Tiltagende åndenød
- Åndenød om natten
- Hævelse af benene

Hvis du mærker noget af dette, bør du kontakte din læge eller hjerteklinikken.

Du kan føre en vis kontrol med væskeophobning ved at veje dig 3-4 gange om ugen. Der er ofte nogen måle-usikkerhed, men vejer du dig på den samme vægt hver gang, er de normale udsving mindre end 1-2 kilogram. Vægtstigning (specielt opstået på få dage) kan således betyde tiltagende hjertesvigt, hvorfor lægen/hjerteklinikken da bør kontaktes.





Udtryk du kan møde i forbindelse med nedsat pumpefunktion af hjertet:

ACE-hæmmer: medicin til bedring af hjertets pumpefunktion

AK-behandling: blodfortyndende behandling

Angina pectoris: hjertekrampe

ArbejdsEKG (arbejdstest): undersøgelse af hjertets evne til at klare fysisk belastning

Arterier: pulsårer

Arteriesklerose: åreforkalkning

AT-2-hæmmere: medicin til bedring af hjertets pumpefunktion

Bumetamid: hurtigt virkende vanddrivende medicin

Betablokker: medicin til behandling af nedsat pumpefunktion af hjertet, forhøjet blodtryk, angina pectoris eller forstyrrelser af hjerterytmen

Calciumhæmmere: medicin til angina pectoris eller forstyrrelser af hjerterytmen

Centyl: langsomt virkende vanddrivende medicin

DC-stød: elektrisk stød igennem brystet for at regulere hjerterytmen

Digoxin: medicin for nedsat pumpefunktion af hjertet og forstyrrelser af hjerterytmen

Diuretika: vanddrivende medicin

EKKO kardiografi: ultralydsundersøgelse af hjertets evne til at pumpe

EKG: elektrokardiogram

Furosemid: hurtigt virkende vanddrivende medicin

Hjertearytmi: forstyrrelse i hjertets rytme

Hjerteinfarkt: blodprop i hjertet

Hjerteinsufficiens: nedsat pumpefunktion af hjertet

Iskæmi: iltmangel i vævet

Kardiolog: speciallæge i hjertesygdomme

Lungestase: væskeophobning i lungerne

Lungeødem: akut væske i lungerne

Nitroglycerin: medicin til angina pectoris eller kortvarig åndenød

Sinusrytme: hjertets normale rytme

Vener: blodårer

Ødem: væskeophobning i vævet

# TIL EGNE NOTATER

Navn:

---

Hospital:

---

Kontakt læge eller sygeplejeske:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Lægens/hjerteklinikkens stempel/avn



**MERCK SHARP & DOHME**

Smedeland 8  
2600 Glostrup  
Telefon: 43 28 77 66