

UNITAT INSUFICIÈNCIA CARDÍACA

Todos los consejos para sentirse mejor

GUÍA PARA PACIENTES CON INSUFICIENCIA CARDIACA

UNITAT INSUFICIÈNCIA CARDÍACA

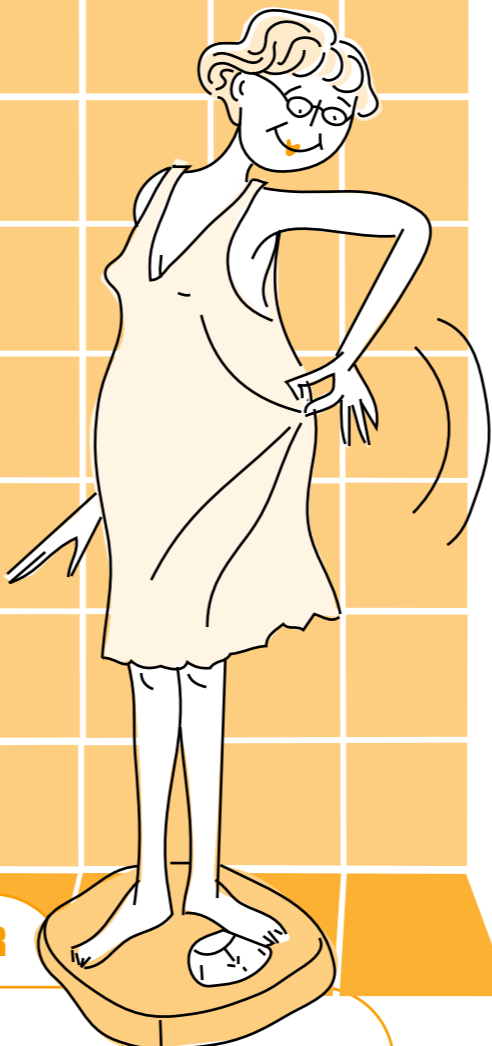
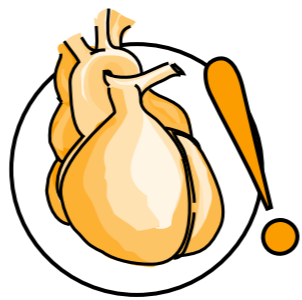
Horarios 8h-17h de lunes a viernes Tel. 93 248 31 63



GUÍA PARA PACIENTES CON INSUFICIENCIA CARDIACA

¿QUÉ ES LA INSUFICIENCIA CARDIACA?

- La insuficiencia cardiaca es una **enfermedad crónica** en la que usted puede tener fases en las que esté estable y otras en las que puede empeorar.
- El corazón bombea menos de lo normal: ésto hace que los órganos y músculos reciban menos sangre y que los líquidos se retengan en los pulmones y otros lugares como las piernas o la barriga.
- **Los síntomas más comunes son:**
 - Falta de aire o ahogo especialmente al hacer esfuerzos.
 - Inflamación en los tobillos y piernas.
 - Sensación de falta de aire al estirarse en la cama.
- Levantarse bruscamente de la cama por ahogo.
- Sensación de fatiga al hacer cualquier actividad.



CONSEJOS PARA SENTIRSE MEJOR

1. Ha de pesarse cada día antes de desayunar y anotarlo en la cartilla del peso o en un papel.
2. Su **peso ideal estable** es:
3. Procure no beber demasiado: menos de 1.5 litros al día de líquidos.
4. Evite alimentos ricos en sal.
5. Evite agregar sal a las comidas.
6. Ha de tomarse los tratamientos tal y como se los han prescrito.
7. Haga un poco de ejercicio cada día.
8. No fume y evite el alcohol.
9. **Avisé cuanto antes si las cosas no van bien.**

QUÉ HACER EN CASO DE...

AUMENTO DE PESO

Si su **peso aumenta** más de 1 Kg en 1 día o más de 2 Kg en 2 o 3 días, significa que está reteniendo líquidos y debe:

- **Contactar** con su **enfermera** cuanto antes.

• Ha de **tomar:** extra al día hasta recuperar su **peso ideal estable**.

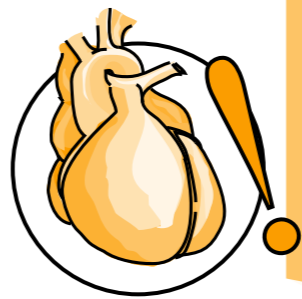
QUÉ HACER EN CASO DE...

AUMENTO DE LA PRESIÓN ARTERIAL

Si su **presión arterial aumenta** por encima de: debe:

- **Contactar** con su **enfermera** cuanto antes.

• Ha de **tomar:** extra al día.



¿CUÁNDO DEBE CONTACTAR CON NOSOTROS?

- Siempre que quiera más información.
- Siempre que su peso aumente más de 1 Kg en 1 día o más de 2 Kg en 2 o 3 días, ya que quiere decir que está reteniendo líquidos.
- Si ha habido algún cambio en los medicamentos.
- **Siempre que note:**
 - Empeoramiento del ahogo o del cansancio.
 - Falta de aire al estirarse en la cama.
 - Mientras está estirado o dormido, un ahogo brusco que le obliga a sentarse para respirar.
 - Inflamación de tobillos, piernas o barriga.
 - Empeoramiento del dolor de pecho.
 - Palpitaciones.
 - Pérdidas de conciencia o mareo.

¿CUÁL ES MI TRATAMIENTO?

	DESAYUNO	COMIDA	MERIENDA	CENA

○ CONTROLES MÉDICO DE FAMILIA
ABS:
Horarios:
Teléfono:

○ CONTROLES EQUIPOS ATENCIÓN DOMICILIARIA
ABS:
Enfermera contacto:
Horarios:
Teléfono:

○ CONTROLES UNIDAD INSUFICIENCIA CARDIACA
Lugar: Hospital de Día de la Unitat d'Insuficiència Cardíaca [Hospital del Mar]
Enfermera contacto:

