Continue

المبادئ التوجيهية الغذائية لفشل القلب الاحتقانيه

[illegible]

[illegible] الأعراض قبل البدء محددًا برنامج التمارين، إلا إذا أعطاه الطبيب و/أو أخصائي العلاج الفيزيائي و/أو الممرض المتابع له توجيهات أخرى. إذا شعر المريض بضيق في التنفس أثناء ممارسة أي نشاط أو شعر بإرهاق متزايد، عليه إبطاء حركته أو أخذ استراحة. وعليه إبقاء قدميه مرفوعتين عند الراحة. وإذا استمر شعوره بضيق التنفس، عليه الاتصال بالطبيب أو الممرض المتابع لحالته. وقد يوصي الطبيب بتغيير أدوية المريض أو نظامه الغذائي أو كمية السوائل التي يشربها. إذا شعر المريض بتسارع أو عدم انتظام في ضربات القلب، عليه أيضًا أن يتوقف عن ممارسة التمرين إذا شعر بألم في الصدر أو الرقبة أو الذراعين أو الفك أو الظهر. على المريض التوقف عن ممارسة التمرين إذا شعر بالدوار أو الدوخة أو شعر بأي من الأعراض المقلقة. على المريض تجنب أخذ حمام كبير السخونة [illegible] تم زيادة سرعته تدريجيًا. من المهم أيضًا أن يتطور سرعته تدريجيًا عند الانتهاء من النشاط أو التمرين. على المريض التوقف عن ممارسة التمرين إذا شعر بالدوار أو الدوخة أو شعر بأي من الأعراض المقلقة. على المريض تجنب أخذ حمام كبير السخونة [illegible] تم زيادة سرعته تدريجيًا. على المريض التقدم تدريجيًا وبدقة في النشاط حتى لا يشعر بالألم. إذا لاحظ المريض أي تغيرات في الحالة الصحية أثناء ممارسة التمرين، عليه التوقف عن ممارسة التمرين بمستوى الجهد المناسب له. وإذا كان معافًا أو مريضًا أو يتعافى من مرض، عليه البدء من مستوى جهد أقل حتى يشعر بالتحسن. على المريض التوقف عن ممارسة التمرين إذا شعر بالدوار أو الدوخة أو شعر بأي من الأعراض المقلقة. على المريض تجنب أخذ حمام كبير السخونة [illegible] التخفيف من التوتر تخصيص وقت للاسترخاء يوميًا ممارسة التمرين الرياضي [illegible]

رسم متحرك يشرح كيف يتكيف القلب والجسم [illegible] رسم متحرك يشرح كيف يتكيف القلب والجسم [illegible] تدخل المعادي التوجيهية [illegible] مريضة في جلسة تمرين What would you like to say to healthcare professionals about the importance of quality of life? How the ESC Patients Guidelines can improve decision making? How did your role as patient rep [illegible] ؟ Listen or read interviews with other people with heart failure and their caregivers. What strategy did you use to understand Heart failure and how to live with it? What is self-care? And what can you do to improve your daily basis with heart failure? [illegible] كيف تعمل الأجهزة الطبية في قصور القلب؟ [illegible] مرصدة تستخدم جهاز مزيل الرجفان ومقوم النظم المزروع (ICD) المعايش مع جهاز مساعدة البطين الأيسر [illegible] جهاز مساعدة البطين الأيسر مرحلة انتقالية قبل زرع القلب [illegible] helped you with your diagnosis? [illegible] and pregnancy [illegible] on the Heart Failure Association of the European Society of Cardiology (ESC). The ESC is a world leader in the discovery and dissemination of best practices in cardiovascular medicine. Our members and decision-makers are healthcare professionals who volunteer their time and cardiology in Europe and beyond. [illegible]

[illegible] وخفض ضغط الدم وإزالة السوائل الزائدة. إعادة تأهيل القلب وهو برنامج يقدّمه أخصائيّون لمساعدة المريض على تقوية عضلة القلب بشكل آمن. ويتضمّن البرنامج تمارين رياضية وتمارين استرخاء والسيطرة على التوتّر ونصائح حول التغذية الصحية للقلب من قبل أخصائي تغذية مُسجّل. كما ويحرص مقدمو الرعاية الصحية على التحقق من [illegible] وقد يُستخدم جهاز صمام الهواء الموجب [illegible] وقد يُستخدم جهاز صمام الهواء الموجب [illegible] (CPAP) مدى فعالية الأدوية التي يأخذها المريض في التخفيف من الأعراض. ولكي ينضم المريض إلى البرنامج، لا بد أن يخضع لتقييم وإحالة داخلية إلى البرنامج من قبل طبيب القلب. الأكسجين قد يُساعد المريض على النفس في شكل أفضل إذا انخفضت مستويات الأكسجين لديه عن الحد الطبيعي. وقد يُستخدم جهاز صمام الهواء الموجب [illegible]

[illegible] وخفض ضغط الدم وإزالة السوائل الزائدة. إعادة تأهيل القلب وهو برنامج يقدّمه أخصائيّون لمساعدة المريض على تقوية عضلة القلب بشكل آمن. ويتضمّن البرنامج تمارين رياضية وتمارين استرخاء والسيطرة على التوتّر ونصائح حول التغذية الصحية للقلب من قبل أخصائي تغذية مُسجّل. كما ويحرص مقدمو الرعاية الصحية على التحقق من [illegible] وقد يُستخدم جهاز صمام الهواء الموجب [illegible] وقد يُستخدم جهاز صمام الهواء الموجب [illegible] (CPAP) مدى فعالية الأدوية التي يأخذها المريض في التخفيف من الأعراض. ولكي ينضم المريض إلى البرنامج، لا بد أن يخضع لتقييم وإحالة داخلية إلى البرنامج من قبل طبيب القلب. الأكسجين قد يُساعد المريض على النفس في شكل أفضل إذا انخفضت مستويات الأكسجين لديه عن الحد الطبيعي. وقد يُستخدم جهاز صمام الهواء الموجب [illegible]