

HOSPITAL DE MESSEJANA DR. CARLOS ALBERTO STUDART GOMES

Alta Hospitalar Segura na
Insuficiência Cardíaca



Equipe Boas Práticas Clínicas do Hospital de Messejana





Alta Hospitalar Segura na *Insuficiência Cardíaca*

Equipe Boas Práticas Clínicas do Hospital de Messejana

Dr. João David de Souza Neto

Dra. Vera Lúcia Mendes de Paula Pessoa

Maria Gyslane Vasconcelos Sobral

Dafne Lopes Salles

Lorena Campos de Souza

Colaboradores

Equipe Interdisciplinar do Hospital

Dr Carlos Alberto Studart Gomes

Diagramação

Morgana Chaves Simões Ferreira

Alison Peterson Alves de Matos

Colaboradores

Equipe Multidisciplinar do Hospital Dr. Carlos Alberto Studart Gomes

ÍNDICE DE INFORMAÇÃO

1. Conhecendo a Insuficiência Cardíaca.
2. A falta de ar.
3. O que é o edema?
4. O controle diário de líquidos.
5. O que é preciso ajustar na dieta?
6. Qual a importância de medir a urina?
7. O uso de medicamentos.
8. O que devo saber para uma atividade sexual segura?
9. Você e sua família fazem parte do tratamento!
10. O que é suporte social ou rede de apoio?



Olá!



Esse material foi elaborado para ajudar a você e sua família a conhecer melhor a insuficiência cardíaca, seus sintomas, tratamento e complicações. Aqui vocês encontrarão informações que poderão ajudá-los no momento da alta hospitalar. Preparar vocês para uma alta segura é o nosso maior objetivo. Conhecer, aprender, questionar... Não saia de alta com dúvidas, pergunte ao profissional de saúde.



Atenciosamente,

Equipe Boas Práticas Clínicas em Cardiologia

O que é a Insuficiência Cardíaca?

A insuficiência cardíaca é um problema de saúde grave, no qual o coração fica enfraquecido e sem condições de fazer o sangue circular.

É uma doença que exige atenção e tratamento especial, pois compromete outros órgãos, além do coração.



Por que é importante

Conhecer a minha doença?

Ao saber mais sobre a insuficiência cardíaca, você poderá reconhecer sinais e sintomas e acompanhar a evolução da doença.

Como se trata de uma condição de adoecimento crônica, com duração prolongada, é necessário que você tenha informações sobre seus medicamentos, exames e orientações para melhor se cuidar.



Como devo me conduzir no

Tratamento da Doença?

É muito importante que você mantenha o tratamento prescrito pela equipe de saúde, que envolve medicamentos e outras medidas necessárias.

Cumprimento das orientações deve ser uma atitude presente no seu dia-dia; lembre-se que você é o maior responsável pelo sucesso do seu tratamento.



O que é a falta de ar na Insuficiência Cardíaca?



Coração e pulmões ficam muito próximos e quando o coração está doente e fraco, dificulta o trabalho dos pulmões para respiração. A falta de ar é o resultado do sangue que se acumula nos pulmões não deixando espaço para o ar.



Por que devo me preocupar Com a Falta de Ar?

A falta de ar indica que seu organismo não está em condições de fazer esforço físico. Ignorar seu nível de tolerância poderá agravar ainda mais sua condição clínica



Como devo proceder Com a Falta de Ar?

- Mantenha repouso;
- Procure dormir com a cabeceira elevada;
- Quando sentir falta de ar, pare imediatamente o que estiver fazendo e descanse.



O que é O Edema?

O edema é um inchaço que indica que você está acumulando líquidos. Como o coração não funciona bem, ele não consegue mover os líquidos, que se acumulam em diferentes partes do seu corpo.

Por que é necessário identificar e controlar A Formação do Edema?

Se o líquido começa a se acumular nas pernas e no abdômen, formando o inchaço, significa que a força do coração está falhando.



Como controlar O Edema?

Se pese diariamente e sempre mantenha atenção na quantidade de líquido que você bebe e no volume de urina que é eliminado.

Se observar peso maior que 2kg por semana, você deve procurar um profissional da saúde!





Quanto devo tomar De Líquidos por Dia?

É recomendado que você beba 1,5L de líquido por dia. Pessoas com esse tipo de problema cardíaco não conseguem eliminar líquidos e estes podem ser acumulados em órgãos como o pulmão.



Como controlar a Quantidade de Líquido?

Anote a quantidade de tudo que você bebe. O diurético ajuda mas não controla sozinho o volume de líquido no organismo.

Líquido não é apenas água. Fruta e outros alimentos também são considerados líquidos.

O que é preciso ajustar na dieta de quem tem Insuficiência Cardíaca

O excesso de sal nos alimentos industrializados, refrigerantes e alguns temperos afetam a pressão arterial e fazem o corpo inchar.



Por que devo Cuidar da Dieta?

Uma alimentação saudável é importante para todos, mas para quem tem doença no coração os cuidados deverão ser redobrados. Muitos alimentos aumentam a pressão arterial e forçam o coração enfraquecido a trabalhar mais.

Como devo Cuidar da Dieta?

- Diminua o consumo de alimentos com sal e industrializados;
- Divida as refeições para não comer em excesso;
- Evite tomar líquidos nas refeições;
- Procure comer alimentos mais leves à noite.



Qual a importância de medir a urina na Insuficiência Cardíaca?

Medir a quantidade de urina eliminada é um cuidado simples que pode ajudar muito no controle da insuficiência cardíaca.



Por que a produção de urina é influenciada pela **Doença do Coração?**

A doença deixa o coração fraco e com isso os rins têm dificuldade para produzir urina. A quantidade de urina produzida fica, muitas vezes, diminuída e dependente do estímulo de diuréticos.



Como é possível controlar a **Produção de Urina?**

Você pode fazer o balanço hídrico (controle do que você bebe e elimina). Esse cuidado pode ser facilmente realizado em casa; mantenha no banheiro uma jarra plástica graduada. Ao urinar, meça o volume na jarra e somente então, jogue a urina no aparelho sanitário. Escreva em um papel a quantidade para seu maior controle.

O que devo saber sobre a medicação para tratamento da **Insuficiência Cardíaca?**

O tratamento da insuficiência cardíaca inclui diferentes medicamentos que deverão ser tomados continuamente, de acordo com o receituário médico. Os remédios prescritos têm a finalidade de melhorar a força do seu coração, de ajudar seus rins na produção da urina e ajustar sua pressão arterial; mas cada paciente, por apresentar sinais e sintomas específicos, poderá fazer uso de medicamentos diferentes.

Por que a medicação é importante no tratamento Da Insuficiência Cardíaca?

Como essa doença apresenta muitos sintomas, você necessitará de medicamentos direcionados para melhoria do seu quadro clínico. Adotar cuidados com a dieta, líquidos ingeridos e repouso, não se faz suficiente para seu bem-estar.

Como conduzir o tratamento com Medicamentos em Casa?



Em casa é importante que sejam mantidos os mesmos horários de tomada, adotados pela equipe de enfermagem no hospital, com isso você evita o risco de esquecer. Utilize alarmes no celular ou mantenha sua medicação organizada em lugar visível, assim você se assegurará que todos os remédios serão tomados ao longo do dia. Não suspenda sua medicação! Caso tenha alguma queixa sobre um determinado remédio, converse com a equipe de saúde.



O que devo saber para uma Atividade Sexual Segura?

A atividade sexual é um esforço adicional para o coração. Para maior segurança converse com o profissional de saúde.

Por que é importante Ter essa Informação?

Porque o esforço pode resultar numa sobrecarga para o coração e causar aumento dos sintomas da insuficiência cardíaca.

Não use estimulantes sexuais (azulzinho) sem conversar com o médico.

Como devo Me Comportar?



Ao retomar a atividade sexual adote posições que não exijam muito esforço. Evite situações de risco para doenças sexualmente transmissíveis (use camisinha!); a frequência de relações sexuais é uma decisão pessoal que deverá ser orientada pelo estado geral do paciente. Realize planejamento familiar. Você e sua família fazem parte do seu tratamento, o adoecimento não é um acontecimento solitário mas envolve todos os membros da sua família e seus amigos. Ao conhecer sobre sua doença, você e sua família participam do tratamento de maneira ativa e tem maiores chances de melhorar os sintomas.

Peça ajuda! Divida suas dúvidas e procure estar acompanhado nas consultas.

O que é Suporte Social ou Rede de apoio?

O tratamento da insuficiência cardíaca exige vários cuidados e intervenções que podem ser ofertados em outros locais, fora do hospital. O Sistema Único de Saúde (SUS) agrega a assistência em Unidades Básicas de Saúde (UBS), formando uma rede de apoio para distintos cuidados de saúde. A Previdência e Assistência Social oferece, em determinadas situações, suporte social para pacientes com adoecimento cardíaco grave.

Por que é importante contar com um Suporte Social e Rede de Apoio?

Como a doença cardíaca necessita de tratamento contínuo, com o uso de medicamentos de alto custo, é importante buscar seus direitos (auxílio doença, aposentadoria por invalidez). Lembre-se também que alguns sintomas podem ser avaliados pela equipe do posto de saúde, não necessita ir até o hospital.

Como devo Proceder?

Procure o posto de saúde quando apresentar algum sinal de alerta. Busque conhecer o agente comunitário de saúde da sua área. Familiarize-se com as redes de apoio.





Good Clinical Practices Team From The Messejana's Hospital
