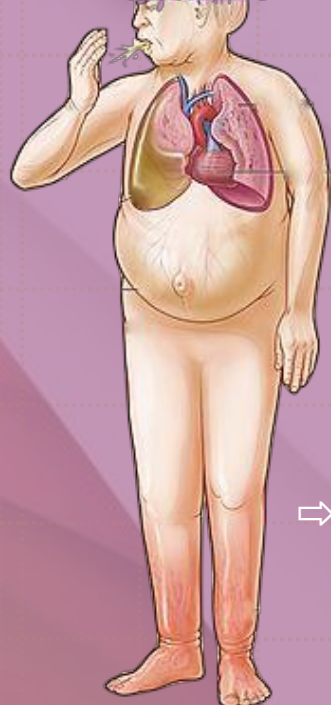




Sydämen vajaatoiminta: tunnistaminen ja toiminta pahenemistilanteessa kotihoidossa

MITEN TUNNISTAN PAHENEMISVAIHEEN?

OIREET



- ⇒ kuiva yskä
- ⇒ hengityksen vaikeutuminen
- ⇒ sykkeen nousu
- ⇒ painon nousu
- ⇒ väsymys
- ⇒ erityisesti jalkojen turvotus

Tunnista keuhkoödeema!

- Sydämen vajaatoimintaa poteva asiakkaan vointia tulee tarkkailla säännöllisesti. Kotiin voi jäädä, jos potilaalla on
- Lääkitys vajaatoimintaan
 - Ei huomattavaa hengenahdistusta ja pärjää esim. määrättyillä happilisillä
 - Ei painonnousua ja erityistoiminta on normaalia
 - Happisaturaatio omalla tavoitealueella
 - **Hyvä yleisvointi ja normaali suorituskyyky**

↪ Milloin tulee soittaa 112?

- keuhkoödeeman oireet: työläs hengitys, keuhkoista kuuluva rahina, jopa kupliva hengitys, hypoksemia ja syanoosi
- alentunut yleisvointi, heikentynyt suorituskyyky
- puheen tuoton vaikeus, univaikeudet, vähentynyt virtsaaminen, nopea painonnousu, pahentuneet turvotukset
- sydäntuntemukset, verenpaineen muutokset
- tajunnantason aleneminen
- oireet voivat alkaa äkillisesti tai pahentua pitkään
- hoitajan oma kokemus siitä, että asiakkaan tila on huonontunut → ensiavun tilannearvio on tarpeen

Ennaltaehkäise näin:



Suurien nestemäärien välttäminen, alkoholi lisää määrää nopeasti



Liikunta edistää suorituskyykyä ja soveltuu suurimmalle osalle sydämen vajaatoimintapotilaista



Tuetaan tupakoinnin lopettamista



Pitkien lentomatkojen välttäminen tukosriskin takia.



Tukisukkien käyttäminen turvotusten vähentämiseksi



Saunassa suositellaan mietoja löylyjä