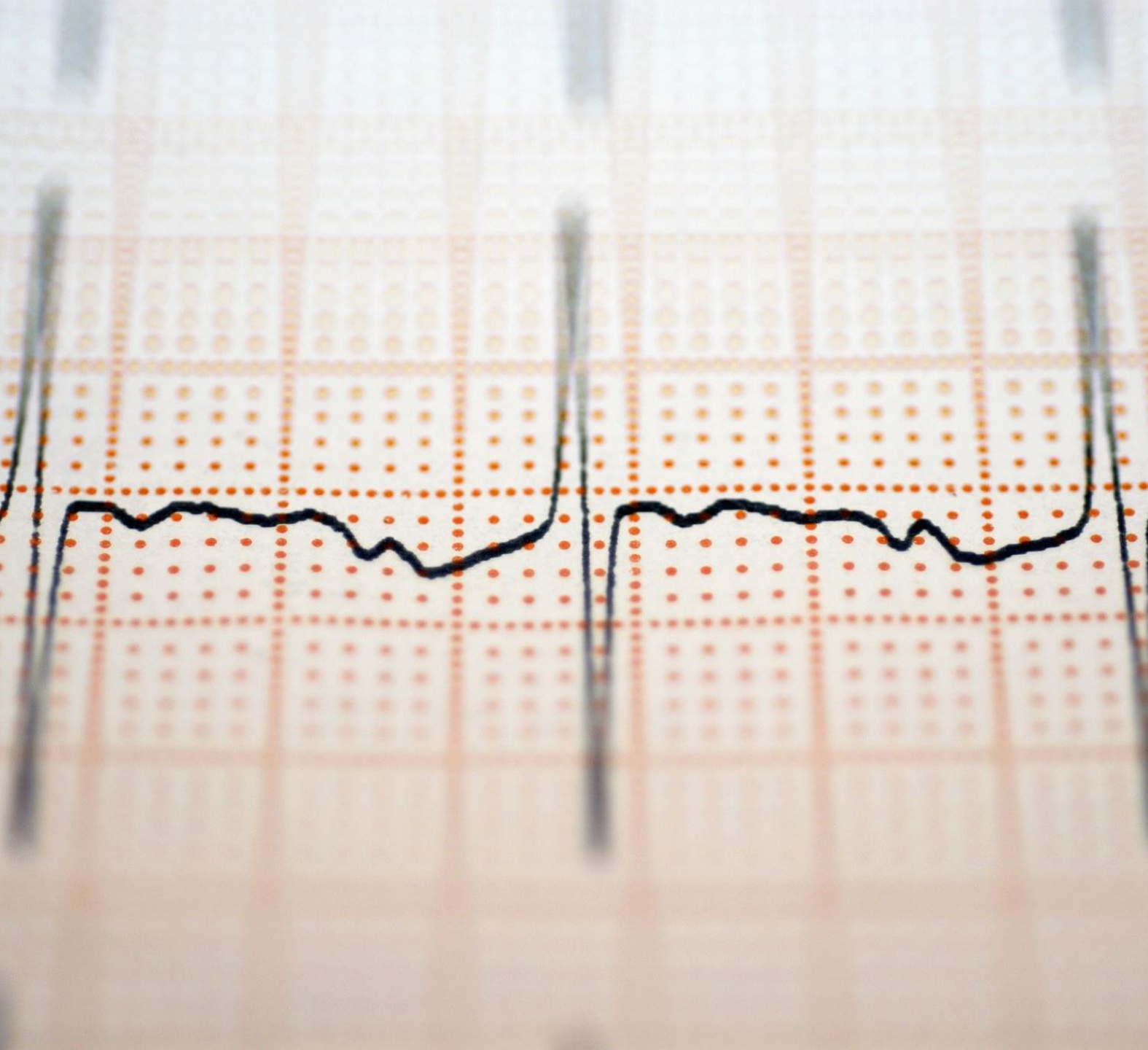




Sydämen
vajaatoiminta

MISTÄ JOHTUU

kun sydän ei pysty pumppaamaan verta eteenpäin niin tehokkaasti kuin elimistö sitä tarvitsisi

Se ei ole itsenäinen sairaus, vaan seurausta jostain sydämen heikentävästä sairaudesta

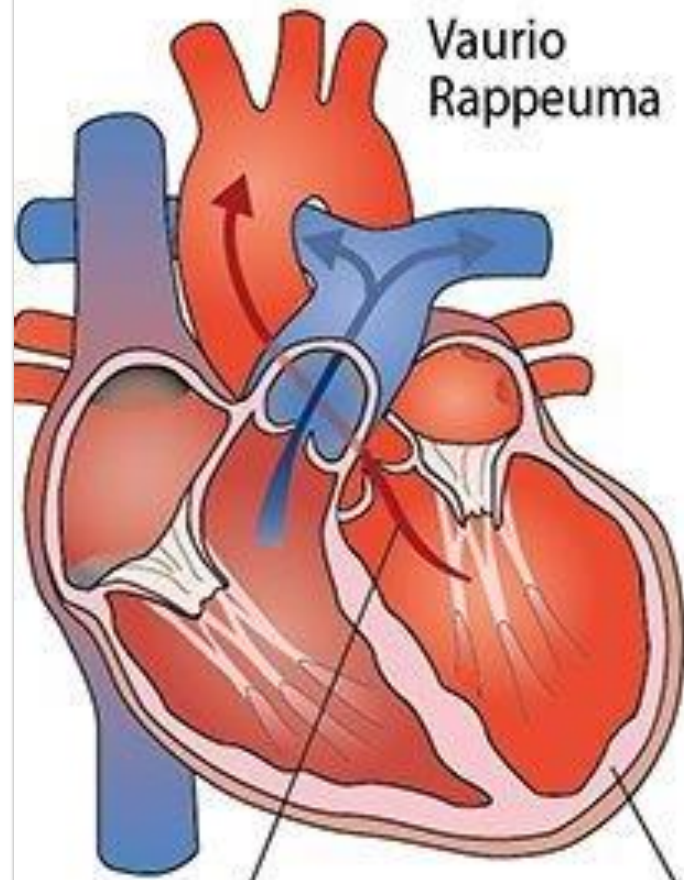
Esim. sepelvaltimotauti

Systolinen ja diastolinen sydämen vajaatoiminta

Systolisessa sydämen
vajaatoiminnassa sydämen
vasemman kammion pumppauskyky
on pienentynyt

Diastolisessa sydämen
vajaatoiminnassa sydämen
pumppauskyky on normaali tai
korkeintaan lievästi pienentynyt eikä
sydämen koko ole suurentunut

HFrEF

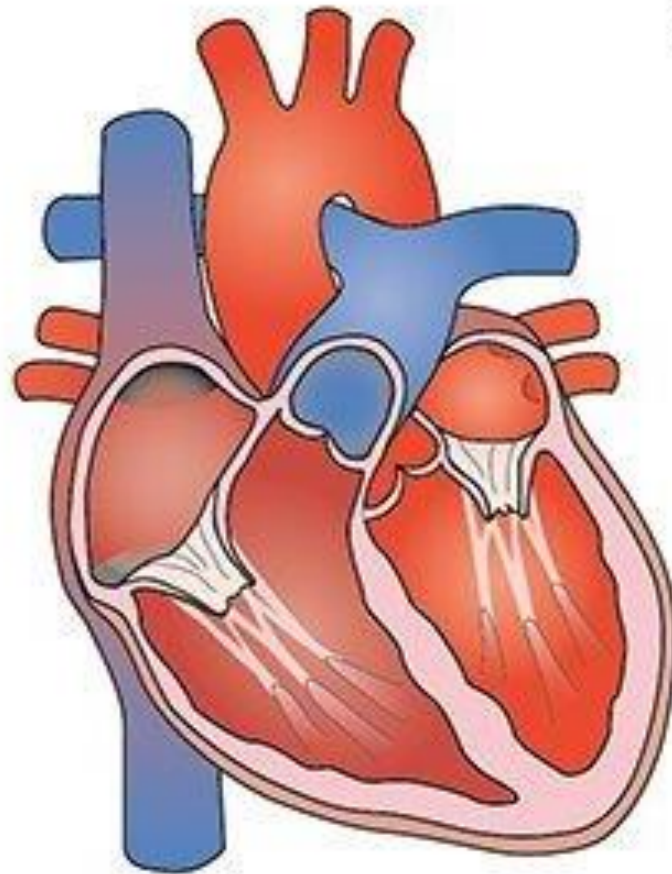


Vaurio
Rappeuma

Vähentynyt
pumpattu
veritilavuus

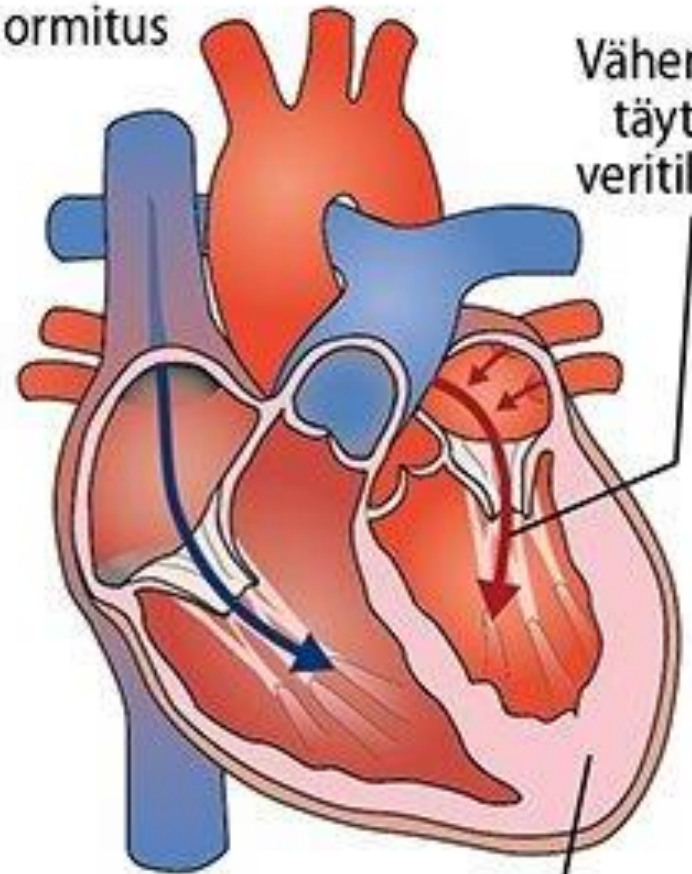
Kammio laajentunut
Supistusvoima heikentynyt

Terve sydän



HFpEF

Kuormitus



Vähentynyt
täyttävä
veritilavuus

Jäykkä ja paksuseinäinen
kammio ei relaksoidu

OIREET

Hengenahdistus

Väsymys / rasitusväsymys

Turvotusta nilkoissa

Yöllistä yskää

Painonnousu yli 2kg / vko

KAHDEKSAN MERKKIÄ KROONISESTA SYDÄMEN VAJAATOIMINNASTA

Pitkäaikainen eli krooninen vajaatoiminta alkaa pikkuhiljaa.
Oireet ovat aluksi lieviä ja pahenevat vähitellen.



HENGENAHDISTUS

Nesteet kertyvät keuhkoihisi, mikä saattaa johtaa siihen, että hengästyit tehdessäsi päivittäisiä toimiasi.



HENGENAHDISTUS MAKUULLA

Saatat saada hengenahdistusta myös maatessasi tasaisella alustalla ja joudut nukkumaan istualtaan tai useamman tiynyn kanssa.



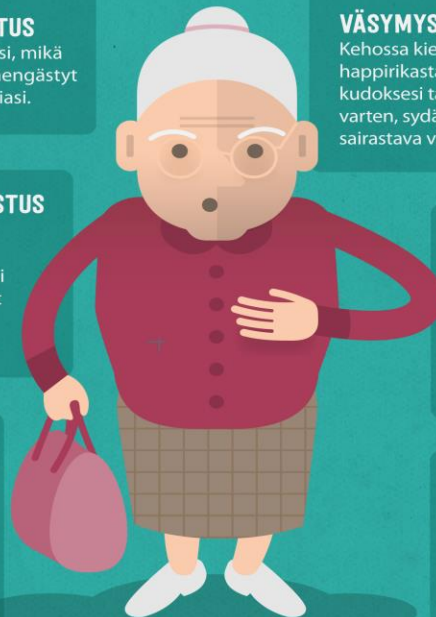
NOPEA SYKE

Sydän nopeuttaa joskus tahtiaan kompensoidakseen heikentynyttä kykyään pumpata verta kehon eri osiin. Sykkeesi saattaa tästä syystä olla nopea.



RUOKAHALUN HEIKKENEMINEN

Nesteen kertyminen vatsan seudulle voi vaikuttaa ruoansulatukseen ja saattaa aiheuttaa ruokahaluttomuutta tai pahoinvointia syödessä.



VÄSYMYS

Kehossa kiertää vähemmän happirikasta verta. Koska lihaksesi ja kudoksesi tarvitsevat happea energiaa varten, sydämen vajaatoimintaa sairastava väsy helposti.



NILKKOJEN, JALKOJEN JA VATSAN TURVOTUS

Vaatteet tai kengät voivat puristaa, koska nesteet turvottavat jalkoja, nilkkoja ja vatsan seutua.



YLLÄTTÄVÄ PAINONNOUSU

Paheneva sydämen vajaatoiminta voi johtaa yli kahden kilon painonnousuun viikossa, koska nesteet kerääntyvät kehoon.



VIRTSAAMISTIHEYS

Munuaisesi saavuttavan veren määrä on tavallista alhaisempi, mikä saa sinut virtsaamaan harvemmin.

TUTKIMUKSET

Laboratoriotutkimuksia

- BNP-koe joka kertoo sydämen kammioiden kuormittumisesta

EKG

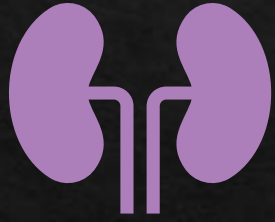
Sydänfilmi on lähes aina vajaatoimintapotilaalla poikkeava

Sydämen ultraäänitutkimus

- Siinä nähdään sydänlihaksen toiminta
- Läppien toiminta
- Voidaan havaita sydäninfarktin arpialue
- Mitataan ejektiofraktio-luku, ilmoittaa prosentteina sen verimäärän, jonka sydän työntää yhdellä lyönnillä eteenpäin
- Jos EF-luku alle 50 sydämen pumppausteho on pienentynyt

Lisätutkimuksia epäillyn taustasairauden perusteella

HOITO



LÄÄKEHOITO

ACE-estäjät, beetasalpaajat,
nesteenpoistolääkitys



ITSEHOITO

Terveellinen ruokavalio
Tupakoimattomuus
Liikunta, kestävyys / lihaskunto
Uni
Mielen hyvinvointi

SEURANTA

- ◇ Seuraa itsenäisesti
 - ◇ Verenpainetta
 - ◇ Sykettä
 - ◇ Painoa
 - ◇ Yksilöllisesti sovitut käynnit lääkärillä
- ◇ Ennuste
 - ◇ Lääkehoidon kehittymisen myötä ennuste parantunut, mutta iäkkäiden potilaiden kohdalla edelleen huono

<https://www.youtube.com/watch?v=86M-rU-RI5U>

◆ Lähdeet käypähoito ja sydänliitto

◆ Suvi, Rebekka, Pirita, Hanna, Anton