



Sirds mazspējas pacienta un aprūpētāja vajadzību un pienākumu vadlīnijas



Sirds mazspējas pacientu
organizāciju un pacientu
starptautiskā sadarbība

SATURS

KAS IR SIRDS MAZSPĒJA? 3

Sirds mazspējas simptomi	4
Iemesli	5
Diagnosticēšana un ārstēšana	6

KAS IR PACIENTA/APRŪPĒTĀJA VAJADŽĪBU UN PIENĀKUMU VADLĪNJAS? 8

Šo vadlīniju mērķis.....	10
Kam ir paredzētas šīs vadlīnijas?	11

KĀPĒC IR NEPIECIEŠAMAS ŠĀDAS PACIENTU UN APRŪPĒTĀJU VADLĪNJAS? 12

Slogs uz pacientiem un aprūpētājiem.....	14
Sirds mazspēja un atšķirības starp dzimumiem.....	14
Pacientu liecības.....	15

KO SAGAIDA PACIENTI 16

PACIENTA PIENĀKUMI 22

ATSAUCES 25

KAS IZSTRĀDĀJA ŠĪS VADLĪNJAS? 26

Par organizāciju Global Heart Hub	26
-----------------------------------------	----



Kas ir sirds mazspēja?

Sirds mazspēja ir veselības stāvoklis, kad sirds nevar piegādāt pietiekamu asins daudzumu organismā, lai nodrošinātu nepieciešamās uzturvielas. Tas notiek tādēļ, ka sirds nevar piepildīties ar pietiekamu asins daudzumu vai tās sūkņēšanas spēja nav pietiekami spēcīga, vai pastāv abi šie iemesli. Tā rezultātā organismā uzkrājas šķidrums (galvenokārt, kājās, potītēs un pēdu virspusē).

Sirds mazspēja ir bieži sastopama, un tās biežums visā pasaulē palielinās. Daudz cilvēku piedzīvo infarktus un citas sirds problēmas, kuru rezultātā iestājas sirds mazspēja. Tādēļ no tās cieš arvien vairāk cilvēku.

SIRDS MAZSPĒJAS SIMPTOMI

Sirds mazspēja dažādiem cilvēkiem var izpausties atšķirīgi. Simptomi var parādīties pēkšņi un sākotnēji var būt smagi (akūta sirds mazspēja). Tāpat simptomi var parādīties laika gaitā un pakāpeniski pasliktināties (hroniska sirds mazspēja). Ja personai ir sirds mazspēja, var tikt novērots viens vai vairāki no tālāk minētajiem simptomiem.

Visizplatītākie simptomi un pazīmes:

- Elpas trūkums, īpaši nesen konstatēts, pie nelielas fiziskās slodzes vai guļus stāvoklī;
- Neregulāra sirdsdarbība vai sirdsklauves;
- Pietūkušas kājas, pēdu virspuse vai vēders;
- Klepus/sēkšana;
- Svara pieaugums īsā laikā (vairāk nekā 2 kg 2 dienu laikā);
- Izteikts nogurums, enerģijas trūkums;
- Apetītes zudums.

Citu simptomu un pazīmju piemēri:

- Reibonis, slikta dūša, vemšana;
- Kognitīvie traucējumi, piemēram, grūtības koncentrēties vai atmiņas traucējumi;
- Biežāka urinēšana, īpaši naktī.

IEMESLI

Galvenie iemesli, kas izraisa sirds mazspēju, ir citas sirds slimības. Parasti pacientiem ar sirds mazspēju ir viena vai vairākas no tālāk minētajām slimībām. Vairāku šo faktoru esamība palielina sirds mazspējas veidošanās iespējamību.

Sirds muskuļa bojājumi, ko izraisa:

- Koronāro artēriju slimība;
- Augsts asinsspiediens;
- Sirds vārstuļu slimības;
- Neregulārs sirds ritms;
- Sirds muskuļa slimības;
- Miokarda infarkts (sirdstrieka);
- Diabēts.

Dažiem cilvēkiem sirds mazspēja attīstās tālāk minēto iemeslu dēļ:

- Vīrusa slimība;
- Hroniska plaušu slimība;
- Smēķēšana vai alkoholisms/narkomānija;
- Aptaukošanās;
- Miega apnoja;
- Smaga anēmija;
- Iedzimtas sirds anomālijas (sirds problēmas, ar kurām piedzimst);
- Noteiktu medicīnisku procedūru, piemēram, ķīmijterapijas vai staru terapijas, sekas;
- Dažiem cilvēkiem sirds mazspējas iemesls nav zināms.

DIAGNOSTICĒŠANA UN ĀRSTĒŠANA

Sirds mazspēja ir bieži sastopama un nopietna saslimšana, kam nepieciešama medicīniskā aprūpe. Dzīvei ar sirds mazspēju ir gan kāpumi, gan kritumi. Agrīna diagnoze un ārstēšana ir svarīga! Ārstējot sirds mazspēju agrīnā stadijā, cilvēki var dzīvot ilgāk, pilnvērtīgāk un aktīvāk.

Lai noteiktu galīgo sirds mazspējas diagnozi, izmanto vairākas pārbaudes, tostarp:

- Slimības vēsture;
- Fiziskā pārbaude;
- Asins analīzes, lai noteiktu nātrijurētiskos peptīdus (BNP – hormoni, ko izdala sirds);
- Krūškurvja rentgens;
- Elektrokardiogramma (EKG – izmeklējums, kurā tiek pārbaudīts sirds ritms un elektriskā aktivitāte);
- Ehokardiogramma (EHO – izmeklējums, kas sniedz detalizētu pārskatu par sirdi).



leteicamā ārstēšana ir atkarīga no sirds mazspējas veida, smaguma pakāpes un blakusslimībām. Pastāv trīs tālāk minētie sirds mazspējas veidi, ņemot vērā sirds kreisā kambara izviedes frakciju (LVEF).

- **Sirds mazspēja ar samazinātu izviedes frakciju** – Kreisais kambaris nespēj efektīvi sarauties, tādēļ no sirds organismā tiek iepumpēti tikai 40% asiņu (vai mazāk).
- **Sirds mazspēja ar nedaudz samazinātu izviedes frakciju** – Kreisais kambaris saraujas ar samazinātu efektivitāti, tādēļ no sirds organismā tiek iepumpēti tikai 41–49% asiņu.
- **Sirds mazspēja ar saglabātu izviedes frakciju** – Kreisais kambaris saraujas efektīvi, un no sirds organismā tiek iepumpēti vismaz 50% asiņu, tomēr tas piepildās ar nelielu asins daudzumu. Šī iemesla dēļ, pat ja sirdī esošās asinis tiek piegādātas uz pārējo organismu, tas nav pietiekami, lai apmierinātu ķermeņa vajadzības.

Ārstēšana ietver:

- Medikamentus;
- Pārmaiņas dzīvesveidā (piemēram, izmaiņas uzturā vai fiziskajās aktivitātēs, atteikšanos no alkohola un smēķēšanas);
- Dažiem pacientiem var būt nepieciešama ārstēšana ar medicīniskām ierīcēm un/vai sirds transplantācija.

Galvenais

Lai gan pašlaik sirds mazspēja vēl nav izārstējama, medicīniska ārstēšana un dzīvesveida pārmaiņas var palīdzēt pacientiem ar sirds mazspēju kontrolēt slimību un dzīvot pilnvērtīgi. Lai iegūtu plašāku informāciju, apmeklējiet tīmekļa vietnes, kas norādītas šo vadlīniju beigās.



Kas ir pacienta/ aprūpētāja vajadzību un pienākumu vadlīnijas?

Pacienta/aprūpētāja vajadzību un pienākumu vadlīnijās ir izklāstītas vajadzības un pienākumi, lai atbalstītu starptautiski atzīta aprūpes standarta izveidi un ieviešanu pacientiem, kam ir sirds mazspēja, un viņu aprūpētājiem.

Šo vadlīniju vispārējais mērķis ir atbalstīt optimālas, augstas kvalitātes aprūpes izstrādi un veicināt tās starptautisku ieviešanu visās veselības aprūpes sistēmās.

TAJĀ ATRODAMA ŠĀDA INFORMĀCIJA...

Pacientiem un aprūpētājiem:

- Informācija par to, ko sagaidīt veselības aprūpē;
- Iedrošinājums uzdot sev svarīgus jautājumus;
- Aicinājums izprast individuālās tiesības un pienākumus attiecībā uz savu veselību.

Veselības aprūpes sniedzējiem:

- Aicinājums izprast dzīves kvalitāti, kā arī identificēt tās iespējas un risinājumus vietējos apstākļos, kas varētu labvēlīgi ietekmēt pacientus.

Politikas izstrādātājiem un ieinteresētajām pusēm:

- Aicinājums nodot zināšanas un iespējas, lai radītu pārmaiņas un ieviestu uzlabojumus sirds mazspējas ārstēšanā, iesaistot pacientus.

ŠO VADLĪNIJU MĒRĶIS

- **Uzlabot vispārējo dzīves kvalitāti** pacientiem ar sirds mazspēju visā ārstēšanas laikā.
- **Noteikt pamatu pacientu/aprūpētāju pamatprasībām**, kas iekļautos starptautiski atzītā sirds mazspējas ārstēšanas standartā, kurš uzlabotu pacientu dzīves kvalitāti un samazinātu ar sirds mazspēju saistītu mirstību un hospitalizāciju.
- **Definēt pacientu/aprūpētāju pamatpienākumus**, lai mudinātu pacientus ar sirds mazspēju kontrolēt savu veselības stāvokli un uzlabot dzīves kvalitāti.
- **Aicināt politikas veidotājus**, veselības aprūpes sniedzējus un maksātājus atzīt sirds mazspēju par nopietnu hronisku slimību, par kuru nepieciešama vienota plaša izglītošana, ārstēšanas un aprūpes nodrošināšana.
- **Veicināt efektīvu sadarbību** starp visām ieinteresētajām pusēm – pacientiem/aprūpētājiem, veselības aprūpes speciālistiem, veselības aprūpes sniedzējiem, politikas izstrādātājiem un maksātājiem.
- Nodrošināt, ka **turpmākā izpētē**, ārstēšanas pamatnostādņu un vispārējās kardiovaskulārās veselības politiku **izstrādē** tiek atzīta pacientu un aprūpētāju nozīmīgā loma.



KAM IR PAREDZĒTAS ŠIS VADLĪNIJAS?





Kāpēc ir nepieciešamas šādas pacientu un aprūpētāju vadlīnijas?

Sirds mazspēja ir pamatīgs slogs pacientiem, aprūpētājiem un mūsu sabiedrībai.

REALITĀTE

64 miljoni
sirds mazspējas
pacientu visā pasaulē

Paredzams, ka līdz 2030. gadam sirds mazspējas gadījumu skaits palielināsies trīs reizes

Risks, ka cilvēkam dzīves laikā attīstīsies sirds mazspēja

**1 no 5
gadījumiem**

>50%
pacientu tiek hospitalizēti atkārtoti 6 mēnešu laikā pēc izrakstīšanas no slimnīcas

Visizplatītākais
hospitalizācijas iemesls

Veselības aprūpe, kas pieejama pacientiem ar sirds mazspēju, visā pasaulē ir ļoti atšķirīga. Šīs vadlīnijas ir instruments ieinteresētajām pusēm, piemēram, valdībai, veselības aprūpes sniedzējiem, apdrošināšanas uzņēmumiem, pacientiem un aprūpētājiem, lai identificētu un atrisinātu vietējās problēmas un izmantotu iespējas ieviest pārmaiņas. Tā mudina mūs sadarboties un virzīties uz kopīgu mērķi – uzlabot sirds mazspējas pacientu ikdienas dzīvi, no kā, savukārt, iegūst pacienti, aprūpētāji un visa sabiedrība kopumā!

SLOGS UZ PACIENTIEM UN APRŪPĒTĀJIEM

Pacientiem un viņu aprūpētājiem ir ievērojami samazinātas darbības un dzīves kvalitāte – to var pielīdzināt progresējoša vēža un AIDS slimnieku slogam^{2,3}. Sirds mazspēja ir vadošais hospitalizācijas iemesls. Vairāk nekā puse visu sirds mazspējas pacientu tiek atkārtoti hospitalizēti sešu mēnešu laikā pēc izrakstīšanas no slimnīcas.

SIRDS MAZSPĒJA UN ATŠKIRĪBAS STARP DZIMUMIEM

Vispārējais sirds mazspējas sastopamības biežums vīriešiem un sievietēm ir līdzīgs, tomēr ir novērojamas izteiktas tālāk minētās dzimumu atšķirības, kas saistītas ar sirds mazspēju.

- Takotsubo sindroms sastopams gandrīz tikai sievietēm, un to bieži vien izraisa emocionāls vai fizisks stress. Vairāk nekā 90% gadījumu konstatēti 58–75 gadus vecām sievietēm pēcmenopauzes periodā^{4,5}.
- Sievietēm ar hipertensiju sirds mazspējas attīstības risks ir trīs reizes lielāks⁶. Sievietēm ir lielāks sirds mazspējas risks saistībā ar diabētu nekā vīriešiem, tāpat sievietēm nopietnāks sirds mazspējas riska faktors⁷ ir aptaukošanās.

PACIENTU LIECĪBAS

- Pacients ar sirds mazspēju, 80 gadi, Itālija

"Jutos ierobežots darbā, jo bija jāatsakās no ceļošanas. Jutos nederīgs, kā apgrūtinājums sev un citiem, vārgs un pilnībā citādāks nekā kādreiz. Pēc infarkta novērtēju katru dienu, pat katru stundu."

- Pacients ar sirds mazspēju, 60 gadi, Nīderlande

"Tā kā dzīvoju ar sirds mazspēju jau gandrīz piecus gadus, ir skaidrs, ka tā ārkārtīgi ietekmē manu dzīvi, kā arī ģimeni. Pirmos piecus gadus bija ļoti jāpaļaujas uz mana dēla un tuvāko draugu palīdzību. Tas joprojām ir nepārtraukts mācīšanās process. Mana personiskā un profesionālā dzīve ir krasi mainījusies. Mācos "peldēt pa straumi."

- Sirds mazspējas pacienta aprūpētāja, 66 gadi, Austrālija

"Pirmās izmaiņas, kas man bija jāveic kā viņa sievai – bija jāpārlicina, ka slimība krasi neizmainīs dzīvi. Mēs vienmēr kopā pārvarējām veselības problēmas, un es viņam apsoliju, ka mēs varēsim tikt galā arī ar šo. Mēs atsākām visas iepriekšējās aktivitātes, taču nedaudz citā tempā. Drīz vien viņš saprata, ka ir iespējama pilnvērtīga un produktīva dzīve."

"Izdzirdot diagnozi "sirds mazspēja" tieši pirms manas 30. dzimšanas dienas, domāju, ka mana dzīve ir beigusies. Savas sirds veselības uzlabošanā vienmēr esmu bijis ļoti patstāvīgs, jo koncentrējos uz labāku pašsajūtu, zināšanām par savu slimību, kā arī biju apņēmies darīt visu, lai to kontrolētu un joprojām varētu maksimāli baudīt dzīvi."

- Pacients ar sirds mazspēju, 35 gadi, Lietuva



Ko sagaida pacienti

16

Kā pacients ar sirds mazspēju sagaidu tālāk norādīto:

- 1** Saņemt laicīgu un precīzu diagnozi.
- 2** Laicīgi saņemt labāko pašlaik pieejamo aprūpi un medicīnisko ārstēšanu.
- 3** Saņemt pieeju integrētai multidisciplinārās aprūpes komandai un būt iesaistītam lēmumu pieņemšanā visā ārstēšanas procesā.
- 4** Iespēju piekļūt izglītojošiem līdzekļiem un resursiem, tostarp aprūpes plānam, kas ļauj pašam efektīvi kontrolēt savu veselības stāvokli.
- 5** Iespēju piekļūt nepieciešamajiem pakalpojumiem un resursiem, lai pēc diagnozes un turpmāk parūpētos par savu garīgo veselību.
- 6** Iejūtību un līdzjūtību no veselības aprūpes sniedzējiem.
- 7** Iespēju kā vienlīdzīgam dalībniekam piedalīties turpmākā sirds mazspējas izpētē.

17

Laicīgas un precīzas diagnozes saņemšana

1

Laicīgas un precīzas diagnozes saņemšana ir svarīga, lai uzsāktu ārstēšanu, kas mazinās simptomus, samazinās hospitalizācijas gadījumus, uzlabos dzīves kvalitāti un pagarinās mūžu.

- Valsts mēroga iniciatīvas, lai uzlabotu to veselības aprūpes pakalpojumu sniedzēju zināšanas par sirds mazspējas pazīmēm un simptomiem, kuri, visticamāk, būs mans pirmais kontaktpunkts (īpaši primārās aprūpes un neatliekamās medicīniskās palīdzības ārstiem).
- Laicīgs nosūtījums pie ārsta, kuram ir nepieciešamās zināšanas, lai medicīniski pārbaudītu manu veselību un veiktu diagnostiku atbilstoši pašreizējām, pierādījumos balstītām pamatnostādnēm par laicīgu un precīzu sirds mazspējas diagnosticēšanu.

Laicīga labākās pašlaik pieejamās aprūpes un medicīniskās ārstēšanas saņemšana

2

- Pieeja veselības aprūpes speciālistiem, kuriem ir nepieciešamās zināšanas par manu veselības stāvokli tādā laikā posmā, kāds norādīts pašreizējos, pierādījumos balstītos aprūpes standartos.
- Iespēja saņemt vietējos kardioloģiskās rehabilitācijas pakalpojumus. Var būt pieejami virtuāli risinājumi.
- Iespēja saņemt nepārtrauktu atbalstu no kvalificētiem veselības aprūpes speciālistiem, tostarp nepieciešamības gadījumā saņemt telemedicīnas atbalstu neatkarīgi no dzīvesvietas.
- Pieeja tādai ārstēšanai ar medikamentiem un ierīcēm, kas ir piemērota man atbilstoši pašreizējiem, pierādījumos balstītajiem aprūpes standartiem un ieteikumiem.

3

Peeja integrētai multidisciplinārās aprūpes komandai un iesaiste lēmumu pieņemšanā visā manas ārstēšanas procesā

- Pieeja integrētai veselības aprūpes sistēmai, kas ļauj manai aprūpes komandai sadarboties savstarpēji, kā arī sadarboties ar praktizējošiem ārstiem un pakalpojumu sniedzējiem, kas var būt man nepieciešami, tostarp, citu specialitāšu ārstiem, kā arī pieeja vietējās kopienas nodrošinātai aprūpei/aprūpei mājās, paliatīvai aprūpei u.c.
- Iespēja sazināties ar specializētu darbinieku vai nozīmētu veselības aprūpes speciālistu, kurš koordinē manu ārstēšanu un var būt mana galvenā kontaktpersona.
- Piekluve sirds mazspējas aprūpes komandai, kas darbojas, izmantojot uz pacientu orientētu modeli – es un mani aprūpētāji ir uzmanības centrā.
- Pieeja digitālai veselības aprūpes sistēmai, kas ļauj manai aprūpes komandai koordinēt un ieplānot manas vizītes pie ārstiem, īpaši ja dzīvoju laukos vai reģionā.

4

Iespēja iegūt izglītojošus materiālus un resursus, tostarp aprūpes plānu, kas ļauj pašam efektīvi kontrolēt savu veselības stāvokli

Visā sirds mazspējas slimības gaitā manai ģimenei/aprūpētājiem un man būs daudz jautājumu par slimību un to, kā uzlabot pašsajūtu. Lai saņemtu atbalstu, mums ir nepieciešami izglītojoši materiāli un resursi, kuros sniegtas atbildes uz mūsu jautājumiem un kuri ir pieejami jebkurā laikā, aptverot plašu tematu klāstu, kā arī iekļaujot tālāk minēto.

- Izpratne par sirds mazspēju un to, kur piekļūt ar to saistītai informācijai.
- Medikamenti, kardioloģiskā rehabilitācija un citas ieteicamās terapijas – priekšrocības, riski un iespējamās blakusparādības.



- Ķirurģiskās procedūras – priekšrocības, riski, sagaidāmais, kā arī ierobežojumi/izaicinājumi un aprūpe pēc operācijas.
- Pazīmes/simptomi: kad vērsties pēc medicīniskas palīdzības.
- Kad un kā sazināties ar savu aprūpes komandu.
- Dzīve pēc sirds mazspējas diagnozes – pārejas periods no slimnīcas uz mājām, uzturs, miega traucējumi, kognitīvās problēmas, ietekme uz ģimeni/aprūpētājiem, fiziskās un citas aktivitātes u.c.
- Aprūpes plāns pēc izrakstīšanas no slimnīcas, ko apstiprinājusi mana multidisciplinārās aprūpes komanda. Šis plāns visas manas aprūpes laikā tiek regulāri pārskatīts un atjaunots.

Iespēja piekļūt nepieciešamajiem pakalpojumiem un resursiem, lai pēc diagnozes un turpmāk parūpētos par savu garīgo veselību

5

Garīgās veselības problēmas – (tostarp, bet ne tikai) depresija, trauksme un garīgā spriedze sirds mazspējas pacientiem un aprūpētājiem – ir bieži novērojamas. Šie veselības stāvokļi ļoti negatīvi ietekmē mūsu vispārējo labsajūtu un dzīves kvalitāti.

- Standartizēts psihosociālais novērtējums man un maniem ģimenes locekļiem/aprūpētājiem.
- Pieeja vietējām un/vai virtuālām atbalsta grupām man un maniem ģimenes locekļiem/aprūpētājiem.
- Pieeja personiskai un virtuālai garīgās veselības aprūpei mana veselības aprūpes procesa ietvaros.

6

Iejūtība un līdzjūtība no veselības aprūpes sniedzējiem

- Vēlos, lai veselības aprūpes sniedzēji piekristu, ka maniem aprūpētājiem ir tiesības sazināties ar viņiem manā vārdā.
- Nodrošināt, ka sirds mazspējas jomā strādājošajiem veselības aprūpes speciālistiem ir nepieciešamās prasmes un saņemta atbilstoša apmācība, lai izprastu sirds mazspējas radīto slogu uz pacientiem/aprūpētājiem un to, kā vislabāk sniegt atbalstu.
- Atklātība veselības aprūpes speciālistu vidū – spēja cieņpilni apspriest jebkādus jautājumus par alternatīvām vai papildu ārstēšanas metodēm.

7

Iespēja piedalīties turpmākā sirds mazspējas izpētē kā vienlīdzīgam dalībniekam

- Nodrošināt, ka pacientu un sabiedrības iesaistīšanās ir priekšnoteikums visiem valsts finansētiem pētījumiem, kas saistīti ar sirds mazspēju.
- Nodrošināt, ka pacientu un sabiedrības iesaistīšanās ietvaros pacienti un aprūpētāji ir iesaistīti izpētes protokola izstrādē, kā arī nodrošināt to, ka vienmēr tiek iekļauti dzīves kvalitātes rādītāji (cik vien iespējams).



Pacienta pienākumi

Kā patients, kuram ir sirds mazspēja, mana galvenā atbildība ir rūpēties par savu veselību. Mani atbalsta mana ģimene/aprūpētāji un veselības aprūpes speciālistu komanda, kas dara visu iespējamo, lai sniegtu ieteikumus un palīdzētu man.

**Kā patients vai ģimenes loceklis/
aprūpētājs esmu atbildīgs par tālāk minēto:**

1 Veselīga dzīvesveida piekopšana

- Es pats esmu pilnībā atbildīgs par izdarītajām izvēlēm.
- Manas izvēles ietekmē manu veselību pozitīvā vai negatīvā veidā.
- Darišu visu, kas manos spēkos, lai pieņemtu pareizas izvēles sava veselības stāvokļa uzlabošanai (piemēram, ievērošu veselīgas uztura vadlīnijas, regulāri vingrošu, lietošu man izrakstītos medikamentus, samazināšu alkohola lietošanu, beigšu smēķēt un lietot visas citas nelegālās vielas).

2 Savu sirds mazspējas simptomu novērošana

- Aktīva līdzdalība savu simptomu novērošanā ir svarīga manai labbūtībai.
- Regulāri novērošu un pierakstīšu savus simptomus pēc vienošanās ar savu ārstu.
- Būšu vērīgs attiecībā uz jebkādam manu simptomu izmaiņām, un par tām ziņošu savam ārstam.

3 Vēršanās pie ārsta nepieciešamības gadījumā

- Izvērtēšu visas savu sirds mazspējas simptomu izmaiņas un noteikšu, kā rīkoties. Ja izlemšu vērsties pie ārsta, to darišu nekavējoties, jo saprotu, ka pretējā gadījumā var ciest mana veselība.
- Pēc tam pārskatīšu savu lēmumu un izlemšu, vai izdarīju pareizāko izvēli. Šāda rīcība man palīdzēs turpmāk pieņemt pareizākos lēmumus.



4 Medikamentu lietošana saskaņā ar ārstniecības komandas norādījumiem

- Lai justos pēc iespējas labāk, lietošu medikamentus, kā rekomendējusi mana ārstniecības komanda.
- Strādāšu kopā ar savu ārstniecības komandu, lai noteiktu man atbilstošāko ārstēšanas plānu. Zinu, ka dažiem medikamentiem var būt nepatīkamas blakusparādības, taču ieguvumi ir svarīgāki par blakusparādībām. Ja novērošu īpaši smagas blakusparādības, bez konsultēšanās ar savu komandu patstāvīgi nepārtraukšu medikamentu lietošanu vai nesamazināšu to devu. Kopā ar ārstniecības komandu noteiksim, vai izmaiņas ārstēšanas plānā ir vislabākā izvēle.
- Konsultēšos ar savu ārstniecības komandu par visām dabiskajām vai alternatīvajām ārstēšanas metodēm, ko izvēlēšos papildus tām, kas man ir nozīmētas.

5 Sekošana veselības aprūpes sniedzēju padomam

- Mans ārsts un citi cilvēki no manas veselības aprūpes komandas sniegs vislabākos padomus, lai atbalstītu manu labbūtību. Mans pienākums ir ievērot šos padomus, apmeklēt ārstu vizītes un veikt ieteicamās diagnostiskās pārbaudes un analīzes.

6 Jautājumu uzdošana neskaidrību gadījumā

- Tā kā pats esmu atbildīgs par savu veselību, man ir jāizprot mans ārstēšanas plāns un visa cita informācija, ko saņemu no savas veselības aprūpes komandas. Ja man radīsies jebkādi jautājumi, es tos uzdošu.

Atsauces

1. World Heart Federation. 2020. Heart Failure and COVID-19 Infographic Fact Sheet. Pieejams šeit: <https://world-heart-federation.org/resource/heart-failure-infographic-2/> [Accessed 30/10/2021].
2. Virani Sa, Bains M, Code J, et al. 2017. The need for heart failure advocacy in Canada. *Can J Cardiol.* 33(11):1450–4.
3. Alpert Cm, Smith Ma, Hummel Sl, Hummel K. 2017. Symptom burden in heart failure: assessment, impact on outcomes, and management. *Heart fail rev.* 22(1):25–39.
4. Abdulla I, Kay S, Mussap C, et al. 2006. Apical sparing in tako-tsubo cardiomyopathy. *Intern Med J.* 36: 414–18.
5. Medina de Chazal H, Del Buono MG, Keyser-Marcus L, et al. 2018. Stress cardiomyopathy diagnosis and treatment: JACC state-of-the-art review. *J Am Coll Cardiol.* 72: 1955–71.
6. Bahrami H, Bluemke DA, Kronmal R, et al. 2008. Novel metabolic risk factors for incident heart failure and their relationship with obesity: the MESA (Multi-Ethnic Study of Atherosclerosis) study. *J Am Coll Cardiol.* 51: 1775–83.
7. Ohkuma T, Komorita Y, Peters SAE, Woodward M. 2019. Diabetes as a risk factor for heart failure in women and men: a systematic review and meta-analysis of 47 cohorts including 12 million individuals. *Diabetologia.* 62: 1550–60.
8. Lippi G, Sanchis-Gomar F. Global epidemiology and future trends of heart failure. *AMJ.* 2020;5:15.

Kas izstrādāja šīs vadlīnijas?

Šo vadlīniju pamatā ir Heartlife Foundation Kanādas Sirds mazspējas pacientu vadlīnijas (www.heartlife.ca), un to ir pielāgojusi organizācija Global Heart Hub, sadarbojoties ar pacientiem un ģimenes locekļiem/aprūpētājiem visā pasaulē.

PAR ORGANIZĀCIJU GLOBAL HEART HUB

Global Heart Hub ir starptautisks sirds slimību pacientu organizāciju tīkls, kas ir dibināts, lai nodrošinātu iespēju paust viedokli sirds un asinsvadu slimību pacientiem.

Mūsu mērķis ir izveidot vienotu, informētu un pilntiesīgu pacientu organizāciju un pacientu tiesību aizstāvju kopienu. Mūsu misija ir izveidot vispasaules sirds un asinsvadu slimību kopienu, kas atbalsta un izglīto pacientus, aprūpētājus un veselības aprūpes sniedzējus, lai nodrošinātu iespējami labāko ārstēšanas rezultātu cilvēkiem ar sirds un asinsvadu slimībām.

Pievienojieties organizācijai Global Heart Hub
Visas sirds un asinsvadu slimību pacientu grupas, organizācijas un atbalstītāji visā pasaulē ir laipni lūgti pievienoties organizācijai Global Heart Hub. Dalība ir bez maksas un brīvi pieejama sirds slimību pacientu kopienām.

Uzziniet vairāk vietnē www.globalhearthub.org vai sazinieties ar mums: info@globalhearthub.org.

Šīs vadlīnijas ir apstiprinājušas Global Heart Hub saistītās sabiedrības, tostarp:





Global Heart Hub
Galway, Ireland

Apmeklējiet: www.globalhearthub.org
E-pasta adrese: info@globalhearthub.org
Tālrunis: (+353) 91 544310

Seko jiet mums sociālajos tīklos:



/globalhearthub



Global Heart Hub



@globalhearthub



@globalhearthub_org

© 2022 Global Heart Hub. Šis ziņojums drīkst izmantot tikai personiskai lietošanai, izpētes vai izglītojošā nolūkā, un to nedrīkst izmantot komerciālos nolūkos. Jebkāda šo vadlīniju satura pielāgošana vai pārveidošana ir aizliegta, ja vien nav saņemta organizācijas Global Heart Hub atļauja.