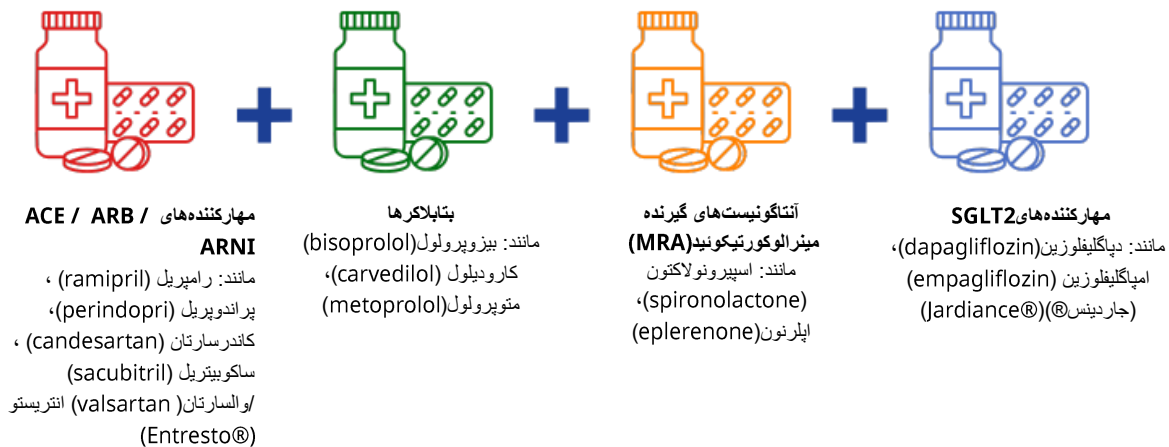


درمان‌های دارویی برای نارسایی قلبی با کاهش کسر جهشی (Ejection Fraction- EF) Medications for Heart Failure with Reduced Ejection Fraction (EF)

مؤثرترین درمان برای نارسایی قلبی با کاهش کسر جهشی چیست؟

- مصرف داروهای مناسب در اولین فرصت پس از تشخیص می‌تواند به طولانی‌تر شدن عمر، بهبود حال عمومی، افزایش توانایی انجام فعالیت‌ها و بستری نشدن شما در بیمارستان کمک کند.
- مؤثرترین درمان شامل مجموعه‌ای از چهار داروست که با هم کار می‌کنند:



- این داروها با هم مانند یک تیم عمل می‌کنند تا ضربان قلب را کاهش داده و با شل کردن رگ‌های خونی باعث کم شدن فشار کاری قلب می‌شوند و از سفت شدن یا ایجاد جای زخم (اسکار- scar) در قلب جلوگیری می‌کنند. این داروها همچنین می‌توانند به بهتر پمپاژ کردن قلب، بهبود کسر جهشی (EF) و محافظت از کلیه‌ها کمک کنند.
- برخی افراد مبتلا به این وضعیت از یک داروی ادرار آور (دیورتیک) یا «قرص آب» هم استفاده می‌کنند.

وقتی مصرف این داروها را شروع می‌کنید چه انتظاراتی باید داشته باشید؟

- شما مصرف داروها را با دوز کم آغاز می‌کنید. ارائه‌دهنده خدمات بهداشتی، بر اساس علائم نارسایی قلبی، عوارض جانبی دارو و نتایج آزمایش خون شما، دوز داروها را افزایش می‌دهد.
- حدود یک ماه پس از شروع مصرف این داروها ممکن است قدری بهبودی در علائم نارسایی قلبی خود احساس کنید.
- معمولاً حدود سه ماه طول می‌کشد تا به دوز مناسب برای شما برسند. بیشتر افراد نیاز دارند این داروها را مادام‌العمر مصرف کنند، حتی اگر عوارض کسر جهشی (EF) آنها بهتر شود.
- عوارض جدی نادر هستند. برخی افراد پس از تغییر دوز دچار عوارض خفیفی مانند سبکی سر، سرگیجه و/یا کاهش انرژی می‌شوند.

چگونه می‌توانید بیشترین بهره را از این داروها ببرید؟

- تمام تلاش خود را بکنید تا آزمایش‌های خون خود را به‌موقع انجام دهید. در سه تا شش ماه اول مصرف این داروها، به آزمایش‌های خون بیشتری نیاز خواهید داشت تا ارائه‌دهنده خدمات بهداشتی بتواند دوز داروها را در سطح مناسب برای شما تنظیم کند.
- با بخش‌های مختلف نارسایی قلبی (Heart Failure Zones) آشنا شوید (www.cardiacbc.ca/hf). از این بخش‌ها برای کمک به ارزیابی علائم خود استفاده کنید و آگاه شوید که چه موقع باید درخواست کمک کنید.
- داروهایتان را خودسرانه قطع نکنید و یا دوز آنها را تغییر ندهید. اگر فکر می‌کنید برایتان عوارض جانبی ایجاد کرده‌اند، ابتدا با ارائه‌دهنده خدمات بهداشتی یا داروساز خود صحبت کنید.
- از وسایل گوناگون کمک بگیرید تا هر روز داروهای خود را در زمان مشخص مصرف کنید. برخی افراد از جعبه مخصوص دارو، بسته‌بندی‌های حبابدار (blister packs)، یا تنظیم یادآور روی تلفن همراه یا ساعت خود استفاده می‌کنند. بیشتر داروخانه‌ها می‌توانند داروهای شما را در بسته‌بندی‌های حبابدار بگذارند.
- ارائه‌دهنده خدمات بهداشتی خود را از تمام داروهای سنتی، گیاهی یا محصولات بدون نسخه‌ای که مصرف می‌کنید آگاه کنید. این کار به آنها کمک می‌کند تا اطمینان حاصل کنند همه درمان‌های شما با هم سازگار هستند و از عوارض جانبی زیان‌بخش جلوگیری شود.
- یک فهرست به‌روز از داروهای خود در کیف پول یا تلفن همراهتان داشته باشید. این کار کمک می‌کند تا ارائه‌دهندگان خدمات بهداشتی شما سریع‌تر از وضعیت شما باخبر شوند، به‌خصوص هنگام سفر یا در یک شرایط اضطراری.

چطور می‌توانید برای هزینه‌های دارویی خود کمک بگیرید؟

- Fair PharmaCare بر اساس میزان درآمد، به ساکنان استان بریتیش کلمبیا در پرداخت هزینه داروهای نسخه‌ای کمک می‌کند. برای اطلاعات بیشتر، به وبسایت gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage مراجعه کنید یا با شماره 1-800-663-7100 تماس بگیرید.
- PharmaCare Plan W هزینه داروهای نسخه‌ای را برای افراد بومی (First Nations) در BC پوشش می‌دهد. برای اطلاعات بیشتر، به وبسایت fnha.ca/benefits/pharmacy مراجعه کنید یا با شماره 1-855-550-5454 تماس بگیرید.

چطور می‌توانید بعد از ساعات کاری با یک داروساز صحبت کنید؟

داروسازان هلت لینک بی سی (HealthLink BC) می‌توانند اطلاعاتی درباره داروها، نحوه کارکرد آنها و عوارض جانبی داروها ارائه دهند. آن‌ها زمانی که داروخانه محلی شما ممکن است بسته باشد، در دسترس هستند. برای صحبت با یک داروساز، از ساعت ۵ بعد از ظهر تا ۹ صبح، هفت روز هفته، با شماره 1-8-1 تماس بگیرید.



از کجا می‌توانید اطلاعات بیشتری کسب کنید؟

سری ویدئوهای آموزشی «زندگی سالم با نارسایی قلبی» را در این لینک ببینید:
www.cardiacbc.ca/hf

برای دیدن ویدیو این بارکد را اسکن کنید.

این مطلب با همکاری HeartLife Foundation تهیه شده است.

