

## Ζ. Συχνές ερωτήσεις

Αυτή η ενότητα περιέχει μερικές από τις ερωτήσεις και τις ανησυχίες που έχουν συχνά οι άνθρωποι για την καρδιακή ανεπάρκεια και τη διαχείρισή της. Κάντε κλικ σε οποιαδήποτε από τις παρακάτω ερωτήσεις για μια γενική απάντηση. Εάν δεν μπορείτε να βρείτε την ερώτηση που ψάχνετε, μπορεί να περιλαμβάνεται στην ενότητα [Ερωτήσεις για τον γιατρό σας](#).

Για απαντήσεις που απευθύνονται συγκεκριμένα σε εσάς και την κατάστασή σας, θα πρέπει να μιλήσετε με το γιατρό σας ή άλλο πάροχο υγειονομικής περίθαλψης.

### Σχετικά με την καρδιακή ανεπάρκεια

- Τι είναι η καρδιακή ανεπάρκεια;
- Πόσο συχνή είναι η καρδιακή ανεπάρκεια;
- Ποιοι παθαίνουν καρδιακή ανεπάρκεια;
- Είναι η καρδιακή ανεπάρκεια μια συνήθης συνέπεια του γήρατος;
- Πόσο σοβαρή είναι η καρδιακή ανεπάρκεια;
- Μπορεί να θεραπευτεί η καρδιακή ανεπάρκεια;
- Πόσο καιρό θα ζήσω με καρδιακή ανεπάρκεια;
- Τι προκαλεί καρδιακή ανεπάρκεια;

### Ενδείξεις και συμπτώματα

- Ποια είναι τα συμπτώματα της καρδιακής ανεπάρκειας;
- Μου κόβεται η ανάσα τη νύχτα. Πώς μπορώ να το βελτιώσω αυτό;
- Έχω παρατηρήσει ότι παίρνω βάρος. Τι πρέπει να κάνω;
- Έχω παρατηρήσει ότι χάνω βάρος. Τι πρέπει να κάνω;
- Έχω χάσει την όρεξή μου. Τι πρέπει να κάνω;
- Πρέπει να σηκώνομαι τη νύχτα για να πάω στην τουαλέτα. Πώς μπορώ να το σταματήσω αυτό;
- Πότε πρέπει να ζητήσω επείγουσα ιατρική βοήθεια;

### Εξετάσεις

- Πώς γίνεται η διάγνωση της καρδιακής ανεπάρκειας;
- Τι εξετάσεις θα κάνω και γιατί;

### Τρόπος ζωής

- Πώς πρέπει να αλλάξω τη διατροφή μου;
- Τι πρέπει να αποφεύγω να τρώω;

- Πρέπει να περιορίσω τα υγρά που πίνω;
- Πόσο αλάτι μπορώ να τρώω;
- Πρέπει να σταματήσω να πίνω αλκοόλ;
- Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες σχετικά με υγιεινές συνταγές;
- Πρέπει να σταματήσω να ασκούμαι;
- Τι είδους άσκηση είναι ασφαλής;
- Πόση άσκηση πρέπει να κάνω;
- Μπορώ ακόμα να σηκώνω τα εγγόνια μου;
- Πρέπει να σταματήσω το κάπνισμα;

### **Θεραπευτική αγωγή**

- Θα χρειαστεί να παίρνω φάρμακα για το υπόλοιπο της ζωής μου;
- Πώς μπορώ να απλοποιήσω τη λήψη των φαρμάκων μου;
- Οι φυσικές θεραπείες ή τα συμπληρώματα διατροφής θα βοηθήσουν την καρδιακή ανεπάρκειά μου;
- Τι συμβαίνει εάν παραλείψω μια δόση;
- Πώς μπορώ να μάθω αν χρειάζομαι συσκευή όπως βηματοδότη, ΘΚΕ ή ΕΚΑ;
- Πρέπει να υποβληθώ σε χειρουργική επέμβαση με γενική αναισθησία για την τοποθέτηση βηματοδότη/ΘΚΕ/ΕΚΑ;
- Θα χρειαστώ χειρουργική επέμβαση τώρα που έχω διαγνωστεί με καρδιακή ανεπάρκεια;
- Πρέπει να συμμετάσχω σε μια κλινική δοκιμή;

### **Ζώντας με καρδιακή ανεπάρκεια**

- Μπορώ ακόμα να κάνω σεξ;
- Είναι ασφαλές να οδηγώ;
- Μπορώ ακόμα να εργαστώ;
- Είναι ασφαλές να πετάω;
- Θα μπορέσω να ζήσω μια κανονική ζωή μετά την τοποθέτηση συσκευής;
- Θα μπορώ να κάνω ασφάλεια ταξιδιού τώρα που έχω καρδιακή ανεπάρκεια;
- Είναι ασφαλές να εμβολιάζομαι;
- Πώς μπορώ να πω στην οικογένειά μου ότι πάσχω από καρδιακή ανεπάρκεια;
- Πού μπορώ να λάβω περισσότερη υποστήριξη;

### **Φροντιστές**

- Ποιοι είναι οι καλύτεροι τρόποι που μπορώ να βοηθήσω κάποιον με καρδιακή ανεπάρκεια;
- Πώς μπορώ να πάρω κάποια υποστήριξη;