

“COSA BISOGNA FARE PER PREVENIRE LO SCOMPENSO CARDIACO”

Dott.ssa Sonila Kalemi

Classificazione del rischio di Scompenso Cardiaco e della Prevenzione

Prevenzione terziaria



Stadio D

Scompenso Refrattario

Stadio C

Paziente con sintomi di SC

Prevenzione Secondaria



Stadio B

Paziente con cardiopatia strutturale che non ha ancora sviluppato sintomi

Prevenzione Primaria



Stadio A

Pazienti asintomatici con fattori di rischio per SC



Carissimi Associati,

Roma, 25 Febbraio 2019

Oggetto: Protocollo d'intesa con Azienda Sanitaria Locale Roma, 3

Siamo lieti di comunicare di aver sottoscritto in data 11 febbraio u.s., con validità 1 marzo 2019, il protocollo d'intesa con l'Azienda Sanitaria Locale Roma, 3 in base al quale viene messo a disposizione di AISC, nei giorni concordati, uno spazio presso la Casa della Salute di Ostia – Lungomare P. Toscanelli, 230 – finalizzato ad un adeguato ascolto e riconoscimento dei bisogni dei cittadini più fragili, in particolare per coloro affetti da patologia croniche come lo scompenso cardiaco ed offrire una risposta concreta, competente ed adeguata ai diversi bisogni di assistenza. Tutti potranno rivolgersi alla Casa della Salute come porta di accesso unificata al Sistema Sanitario Regionale.

Rappresentanti infermieristici della nostra Associazione a far data dal 7 Marzo 2019 e così per il primo e terzo giovedì di ogni mese dalle 16 alle 17.30 saranno presenti presso lo spazio riservato dalla Casa della Salute di Ostia ed offriranno volontariamente e gratuitamente a disposizione dei soci AISC i seguenti servizi:

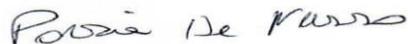
1. Informativa ed aggiornamento sullo scompenso cardiaco e sulle iniziative della nostra Associazione;
2. Misurazione parametri vitali da conservare nella scheda personale (pressione arteriosa, frequenza cardiaca, saturazione di ossigeno, peso corporeo, circonferenza addominale);
3. Verifica aderenza terapeutica;
4. Verifica rispetto norme igienico sanitarie

Certi che la importante iniziativa di assistenza concreta al territorio risulterà di grande efficacia ed aiuto per tutti coloro affetti dalla patologia dello scompenso cardiaco, ma anche in termini di prevenzione di una malattia invalidante, restiamo a Vostra disposizione per ogni eventuale ulteriore informazione si rendesse necessaria.

Con l'occasione, molti cordiali saluti.

ASSOCIAZIONE ITALIANA SCOMPENSATI CARDIACI

LA PRESIDENTE



Porzia De Nuzzo





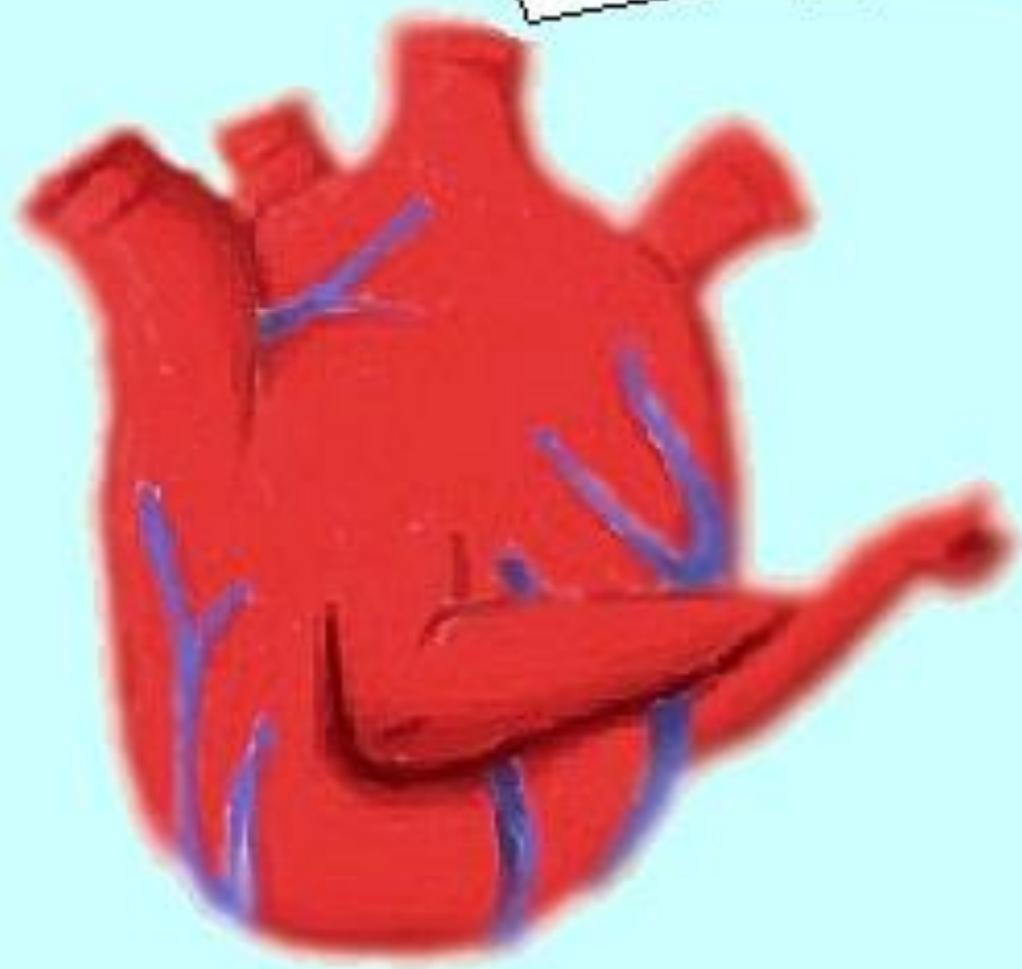
SCOMPENSO CARDIACO

iniziativa sul territorio AISCS

- Protocollo d'intesa tra AISCS e ASL Roma3 (Casa della salute di Ostia)
- Incontrare i rappresentanti infermieristici dell'associazione per ottenere alcuni servizi tra cui:
- Informativa ed aggiornamento sullo scompenso cardiaco e sulle iniziative della associazione
- Registrazione dell'utente in una scheda con i suoi dati
- Misurazione dei Parametri Vitali, peso e circonferenza addominale
- Verificare l'aderenza terapeutica, verificare la scadenza del piano terapeutico
- Fornire le informazioni inerenti al prelievo ematico necessario per il rinnovo PT
- Educare e Verificare il rispetto delle norme igienico sanitarie
- Assicurarsi che il paziente segua la terapia e il piano dietetico come prescritto
- Individuare precocemente lo scompenso (dispnea ingravescente, nuovi sintomi di allarme, aumento del peso)
- Monitoraggio del paziente anche telefonicamente offrendo un ulteriore sostegno e counselling generale

Posso parlarti a cuore aperto?

MA CERTO!



Fattori di rischio



Come prevenire e combattere lo SC?

- Età
- Fumo
- Diabete
- Ipertensione
- Sesso
- Sedentarietà
- Dieta

- Smettere di Fumare
- Gambe che si gonfiano (entrambe)
- Respiro affannoso al minimo sforzo
- Necessità di dormire con diversi cuscini
- Nicturia
- Aumento del peso immotivato

Raccomandazioni - Take home message

- Correggere lo stile di vita, ridurre o eliminare i fattori di rischio
- Ascoltare il proprio corpo
- Attenzione quando ci si alza dal letto rapidamente
- Camminare almeno 40 min al giorno
- Non fare sforzi eccessivi
- Seguire le raccomandazioni dei medici e la terapia
- Misurare la PA sempre nella stessa posizione, fare 2-3 bei respiri profondi per togliere lo stress di superficie





Non bisogna dimenticare che a volte il cuore non “comunica” direttamente con Noi, ma lo fa attraverso altri organi.

Conoscere il “nemico” che compare soprattutto, ma non solo nelle persone anziane, è fondamentale per la diagnosi precoce e per tenere sotto controllo la nostra salute e quella dei nostri cari.





*L'attenzione
è la carezza più bella.*