

Insuficiența cardiacă



Ce este insuficiența cardiacă?

Pentru a înțelege ce înseamnă insuficiența cardiacă, trebuie să știm mai întâi **cum funcționează o inimă sănătoasă**:

Inima este o pompă musculară formată din patru camere (două atri și două ventricule) care funcționează ca un motor central al organismului. La fiecare bătaie, inima se contractă (sistola) pentru a trimite sângele încărcat cu oxigen în tot corpul, apoi se relaxează (diastola) pentru a se umple din nou cu sânge. Acest ciclu trebuie să fie eficient, ritmic și constant.

Când inima funcționează normal:

- trimite suficient sânge oxigenat către organe și țesuturi
- primește sângele din corp și îl trimite mai departe către plămâni, pentru a fi oxigenat
- menține un echilibru între ceea ce primește și ceea ce pompează (trimite)

În insuficiența cardiacă, acest mecanism se deteriorează.

Inima nu mai reușește să pompeze suficient sânge în corp sau nu se mai poate relaxa corespunzător pentru a se umple eficient cu sânge. În ambele cazuri, apare un dezechilibru care face ca sângele să stagneze fie în inimă (în ventriculul stâng), fie în plămâni sau în alte părți ale corpului, ducând la simptome precum dificultăți de respirație sau umflarea gleznelor (edeme) – prin acumularea de lichide în țesuturi.

Insuficiența cardiacă poate fi:

- **acută** (instalată brusc, de exemplu după un infarct miocardic)
- **cronică** (apărută treptat, de-a lungul anilor)

Insuficiența cardiacă înseamnă că inima nu mai bate cum trebuie, astfel că nu mai face față nevoilor organismului

Insuficiența cardiacă este o afecțiune foarte serioasă, ea fiind principala cauză de internare în spital a adulților din România. Ea poate fi gestionată eficient dacă este diagnosticată la timp și tratată corect.

Prin diagnosticarea la timp și respectarea recomandărilor de tratament ale medicului, se poate gestiona eficient evoluția insuficienței cardiace

Ce cauzează insuficiența cardiacă?

Inima nu slăbește peste noapte. De cele mai multe ori, insuficiența cardiacă apare ca **rezultat al unor afecțiuni mai vechi**, netratate corespunzător sau diagnosticate prea târziu.

Printre cele mai frecvente cauze se numără:

- **Boala coronariană** – atunci când arterele care duc sânge oxigenat la inimă se îngustează din cauza depunerii de grăsimi (ateroscleroză), inima primește mai puțin oxigen și slăbește în timp.
- **Infarctul miocardic (atacul de cord)** – distruge o parte din mușchiul inimii, care nu mai poate contribui eficient la pomparea sângelui.
- **Hipertensiunea arterială** – forțează inima să pompeze împotriva unei presiuni crescute ani la rând. În timp, mușchiul inimii se îngroașă, apoi obosește
- **Boli ale valvelor inimii** – valvele pot deveni rigide (stenoză) sau pot permite refluxul de sânge (insuficiență valvulară), suprasolicitând inima
- **Tulburările de ritm cardiac (aritmii)** – bătaile neregulate sau prea rapide pot afecta eficiența contracțiilor cardiace

- **Diabetul zaharat** – afectează vasele de sânge, nervii și metabolismul, slăbind inima pe termen lung
- **Infecții virale (miocardită) sau cardiomiopatii** (afecțiuni ale mușchiului cardiac)
- **Consumul excesiv de alcool, droguri sau unele tratamente medicamentoase** (ex. chimioterapia) pot, de asemenea, afecta inima

De multe ori, **mai mulți factori se asociază**, accelerând degradarea funcției cardiace.

Nu este obligatoriu ca o persoană să manifeste toți acești factori pentru a face insuficiență cardiacă

De aceea, este foarte important să vă monitorizați starea de sănătate, prin monitorizarea nivelurilor factorilor de risc cardiovasculari (tensiunea arterială, colesterolul LDL, greutatea corporală, glicemia). Este foarte utilă discuția în mod deschis cu medicul dumneavoastră cu privire la acești factori, chiar dacă vă simțiți bine în prezent.

Cum se manifestă insuficiența cardiacă?

Deși supusă acțiunii factorilor enumerați anterior, inima încearcă să își adapteze funcția (să compenseze), astfel încât să răspundă nevoilor organismului. Însă, dacă această acțiune se manifestă timp îndelungat, mecanismele de adaptare a inimii nu mai fac față. Spunem că inima s-a decompensat, iar în acel moment apar simptomele insuficienței cardiace.

Acestea **pot să apară brusc** în unele cazuri, în plină stare aparentă de sănătate.

Alteori ele se instalează lent, treptat, și pot fi confundate ușor cu „oboseala de zi cu zi” sau cu semnele normale ale îmbătrânirii.

De aceea, este important să le recunoaștem din timp și să nu le ignorăm:

- **Respirație dificilă (dispnee)** – inițial apare la efort, apoi și în repaus sau în timpul nopții. Un semn de alarmă este nevoia de a dormi cu mai multe perne sau trezitul frecvent din somn cu senzația de sufocare
- **Oboseală accentuată** – corpul primește mai puțin oxigen și energie, ceea ce face ca activitățile zilnice (urcatul scărilor, mersul pe jos) să devină epuizante
- **Umflarea gleznelor, picioarelor sau abdomenului (edeme)** – din cauza acumulării de lichide în organism
- **Creștere rapidă în greutate** – nu din cauza grăsimii, ci a reținerii de lichide în țesuturi (2-3 kg în câteva zile este un semnal important)
- **Tuse seacă persistentă sau respirație șuierătoare**, mai ales seara sau în poziție întinsă
- **Palpitații sau bătăi neregulate ale inimii** – semn că inima încearcă să compenseze prin ritm accelerat

- **Confuzie, amețeli, dificultăți de concentrare** – cauzate de reducerea fluxului de sânge către creier (apar mai frecvent la vârstnici)

Dacă apar mai multe dintre aceste simptome – mai ales dacă se agravează în timp – este esențial să te adresezi medicului cardiolog.
Cu cât insuficiența cardiacă este diagnosticată mai devreme, cu atât tratamentul va fi mai eficient.

Ce complicații pot să apară?

Insuficiența cardiacă este o afecțiune cronică, care evoluează progresiv și poate avea consecințe serioase asupra întregului organism. Dacă nu este tratată și monitorizată corect, pot apărea o serie de complicații grave:

- **Agravarea simptomelor** – respirația devine tot mai dificilă, iar activitățile zilnice sunt din ce în ce mai limitate
- **Spitalizări repetate** – din cauza acumulării de lichide, dezechilibrelor electrolitice sau descompensărilor cardiace
- **Tulburări de ritm cardiac (aritmii)** – fibrilația atrială este frecventă și poate duce la accidente vasculare cerebrale; alte aritmii pot fi periculoase pentru viață
- **Afectarea altor organe** – rinichii, ficatul și plămânii pot suferi din cauza oxigenării reduse sau a retenției de lichide
- **Formarea de cheaguri de sânge** – staza (stagnarea) sângelui în inimă sau vase poate duce la tromboze și embolii
- **Declin psihologic** – anxietatea, depresia și scăderea încrederii în sine sunt frecvente în rândul pacienților cu insuficiență cardiacă avansată

Este important să recunoașteți **aceste complicații**
Multe dintre ele pot fi prevenite prin tratament corect, controale regulate la medic și respectarea recomandărilor medicale

Cu cât înveți mai repede să îți asculți corpul și să acționezi la timp, cu atât ai mai multe șanse să ții boala sub control și să trăiești o viață activă, cu o calitate bună

Acest material educațional este avizat de ANMMDR(50019E/22.07.2025).

ROCRM_FA-11485986_08/2025

Copyright© 2025, Novartis Pharma Services Romania SRL