

# VIVERE A 360 GRADI

Una guida per persone con  
insufficienza cardiaca



Questa guida è stata ideata per aiutarLa a comprendere l'insufficienza cardiaca e come viene gestita. Non è destinata a essere usata per diagnosticare l'insufficienza cardiaca o sostituire il consiglio di un medico. Se ha domande o dubbi sulla Sua patologia, si rivolga al Suo medico.

 **NOVARTIS**

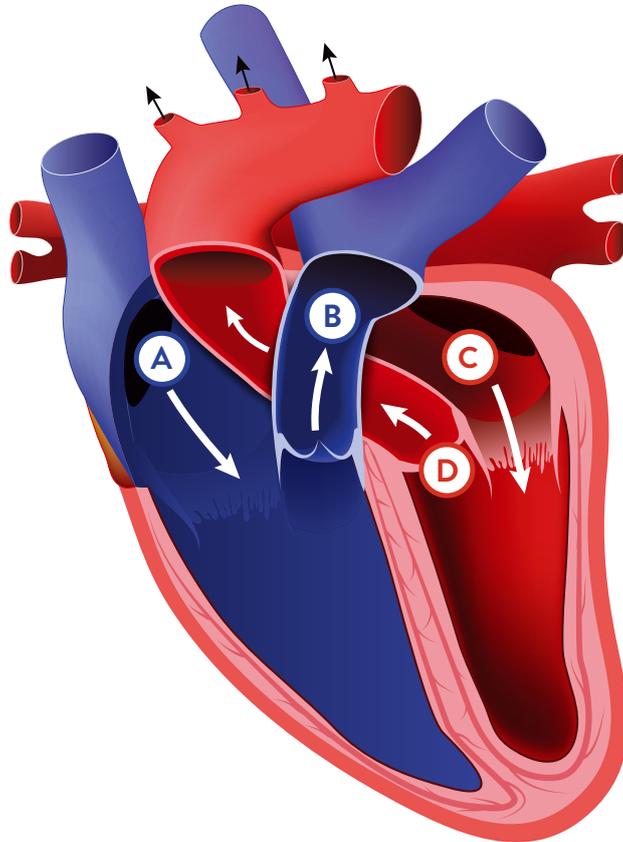


# COME FUNZIONA IL CUORE

Il cuore è un muscolo con quattro camere che pompa il sangue in tutto l'organismo.

## Le due camere di destra:

- A** Ricevono il sangue deossigenato dagli organi e dai tessuti
- B** Pompano il sangue deossigenato verso i polmoni per ricevere ossigeno



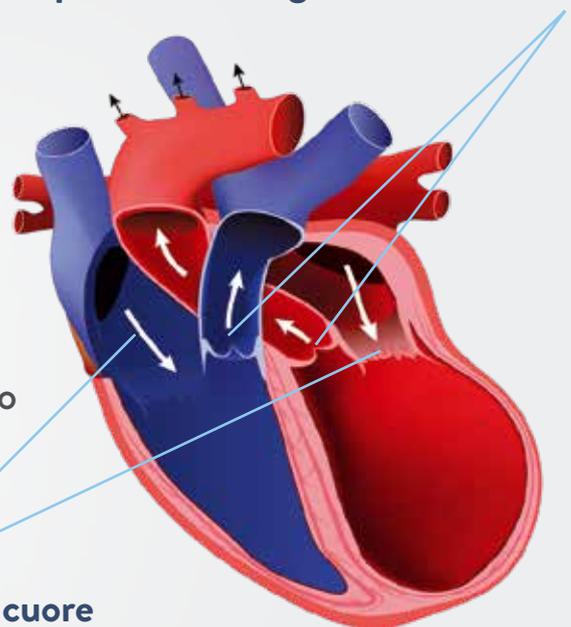
## Le due camere di sinistra:

- C** Ricevono il sangue carico di ossigeno dai polmoni
- D** Inviano il sangue ossigenato in tutto l'organismo

## Esempio di cuore danneggiato con insufficienza cardiaca

- Il cuore è più grande e la sua forma è alterata
- Le camere cardiache sono più deboli
- Il cuore non pompa in maniera adeguata e il sangue rimane più a lungo al suo interno
- Il battito cardiaco può essere accelerato

Viene pompato meno sangue fuori dal cuore



Viene pompato meno sangue all'interno del cuore

# COMPRENDERE L'INSUFFICIENZA CARDIACA

Il termine insufficienza cardiaca può destare preoccupazione, ma non significa che il cuore non funzioni

Insufficienza cardiaca è il termine usato dai medici per definire un cuore non in grado di pompare sangue sufficiente nell'organismo o che non si riempie di sangue in maniera corretta ed è una condizione che può interessare la parte sinistra o destra del cuore. Nella maggior parte delle persone l'insufficienza cardiaca colpisce il lato sinistro del cuore ed è su questo che si concentrerà questa guida. L'insufficienza cardiaca deve essere gestita e monitorata per tutta la vita, ma esistono molte opzioni per aiutare chi ne è affetto.

Esistono due tipi di insufficienza cardiaca:

## ① Insufficienza cardiaca con frazione di eiezione ridotta (HFrEF)

- Il cuore è debole e non in grado di contrarsi con forza sufficiente
- Ciò significa che il cuore non riesce a pompare abbastanza sangue nell'organismo

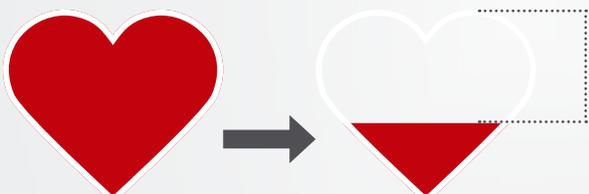
## ② Insufficienza cardiaca con frazione di eiezione preservata (HFpEF)

- Il cuore si contrae correttamente ma è troppo rigido
- Ciò significa che il cuore non si rilassa per riempirsi di sangue abbastanza tra le contrazioni

### Che cos'è la frazione di eiezione?

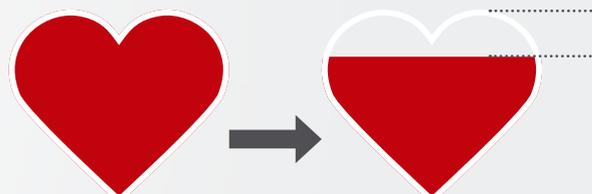
È la quantità di sangue (in percentuale) che viene spinta (espulsa) nell'organismo dal lato sinistro del cuore a ogni battito cardiaco. La frazione di eiezione è nella norma quando la quantità di sangue spinta dalle camere nell'organismo è pari o superiore al 55%.

#### Frazione di eiezione cardiaca nella norma



Il cuore pompa una quantità di sangue pari o superiore al 55%

#### Frazione di eiezione nell'insufficienza cardiaca



La quantità di sangue pompata è inferiore al 55% e pertanto nel cuore ne rimane di più

Una diagnosi di insufficienza cardiaca è possibile anche in presenza di una frazione di eiezione nella norma.

# CAUSE E TRATTAMENTO DELL'INSUFFICIENZA CARDIACA

## Le cause di insufficienza cardiaca includono:



Pressione arteriosa elevata (ipertensione)



Battito cardiaco irregolare (aritmia)



Malattia della membrana cardiaca (malattia del pericardio)



Diabete



Malattia polmonare grave



Difetto cardiaco congenito



Le valvole cardiache non si aprono o non si chiudono correttamente



Muscolo cardiaco indebolito a causa di infarti



Anemia, infezione grave, ipertiroidismo, ecc.



Tossine (ad es. alcol, chemioterapia, cocaina)



Muscolo cardiaco danneggiato a causa di un'infezione virale o batterica



Depositi di grasso nelle arterie (cardiopatia coronarica)

## Trattamento dell'insufficienza cardiaca

Il trattamento dell'insufficienza cardiaca dipende da molti fattori, tra cui la percentuale di frazione di eiezione, altre patologie e la salute generale.

Le opzioni terapeutiche includono:

- terapia/terapie farmacologica/farmacologiche
- cardiocirurgia
- pacemaker o defibrillatore
- dispositivo di assistenza ventricolare (cuore artificiale)
- trapianto di cuore

Per mantenere sotto controllo l'insufficienza cardiaca è anche importante condurre una vita sana e attiva.



**Indipendentemente dal trattamento, la cosa più importante da fare in caso di insufficienza cardiaca è seguire i consigli del medico e monitorare i sintomi.**



# CONOSCERE I SINTOMI

Poiché i sintomi dell'insufficienza cardiaca possono essere confusi con altre patologie, è importante comunicare tutti i sintomi al medico.

## 5 segni potenzialmente indicativi di insufficienza cardiaca:



**1** **Bisogno di dormire appoggiati su cuscini per riuscire a respirare la notte**

Se ha difficoltà a respirare da sdraiato/a durante la notte, ciò potrebbe essere dovuto all'insufficienza cardiaca, che può causare un accumulo di liquido nei polmoni.



**2** **Respiro affannoso nello svolgimento delle attività quotidiane, ad esempio salire le scale**

Se sente la necessità di riprendere fiato mentre svolge le attività quotidiane, ciò potrebbe essere dovuto all'insufficienza cardiaca, che può causare un accumulo di liquido nei polmoni.



**3** **Caviglie o piedi gonfi**

L'accumulo di liquido in eccesso può causare gonfiore ai piedi o alle caviglie. Di conseguenza, le scarpe potrebbero diventare strette e scomode.



**4** **Tosse persistente senza essere raffreddati (tosse secca e insistente)**

La tosse è il modo in cui l'organismo elimina il liquido accumulato nei polmoni.



**5** **Dover rinunciare agli hobby e alle attività che si praticavano volentieri, come il giardinaggio, giocare con i nipoti o portare fuori il cane**

Se si sente troppo stanco/a o esausto/a per svolgere le attività quotidiane, ciò potrebbe essere dovuto all'insufficienza cardiaca, che può rendere difficile per l'organismo ottenere l'ossigeno necessario.



**Se i Suoi sintomi sono gravi, o se il Suo peso aumenta di oltre 2 kg in 2 giorni, contatti il medico il prima possibile.**



# QUANDO È NECESSARIO RIVOLGERSI AL MEDICO?

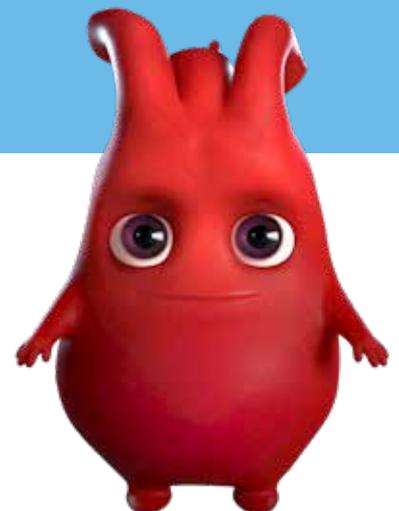
Se presenta uno dei sintomi seguenti, o se i Suoi sintomi La preoccupano, contatti il medico il prima possibile:

- Respiro affannoso di nuova insorgenza o in aumento, specialmente quando è sdraiato/a a letto
- Tosse di nuova insorgenza o in aumento, specialmente in presenza di catarro rosa o con sangue
- Gonfiore (edema) di nuova insorgenza o in aumento di caviglie, gambe o addome
- Aumento di peso di 2 kg in 2 giorni
- Frequenza cardiaca irregolare, battito cardiaco accelerato o palpitazioni
- Comparsa di vertigini o capogiri più frequenti

## Quando chiamare il 000?

Se presenta uno dei sintomi seguenti o sente di doversi recare in ospedale, **chiami un'ambulanza o raggiunga il pronto soccorso dell'ospedale più vicino il prima possibile:**

- Ha dolore persistente al petto, al braccio, alla mandibola o alla schiena
- Respiro affannoso molto grave
- Battito cardiaco accelerato (palpitazioni) che persiste anche a riposo e/o associato a capogiri
- Perdita di coscienza



Per maggiori informazioni sulla vita con l'insufficienza cardiaca si rivolga al Suo medico e visiti il sito [heartfailure.com.au](http://heartfailure.com.au)

La Heart Foundation offre anche numerose risorse, informazioni e servizi di assistenza disponibili su [heartfoundation.org.au](http://heartfoundation.org.au)

