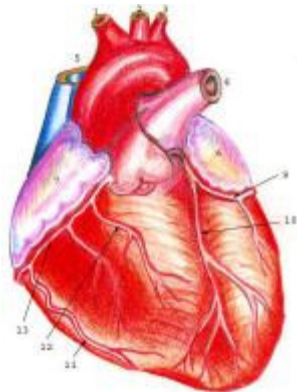


TROMSØ INDREMEDISINSKE SPESIALISTSENTER as (TIS as)

Modifisert fra Norsk Elektronisk Legehåndbok 2009

Hjertesvikt

Hva er hjertesvikt?



Hjertesvikt betegner en tilstand der hjertet ikke klarer å pumpe blodet rundt i kroppen kraftig nok. Det betyr at enkelte organ får for dårlig blodtilførsel. De mest typiske plagene som oppstår, er [tung pust](#) og nedsatt fysisk yteevne. Ved lett grad av hjertesvikt merkes dette først ved anstrengelse, mens du ved alvorlig hjertesvikt har tung pust også i hvile. Du vil også kunne merke at pusten blir tyngre når du legger deg ned, og den blir lettere i oppreist stilling. Etter hvert kan det utvikle seg [hevelser i beina](#) og ellers i kroppen. Andre symptomer er slapphet, økt tretthet, nedsatt matlyst.

Ca 50.000-100.000 har hjertesvikt i Norge. Vi regner at 10% av nordmenn over 75 år har hjertesvikt.

Hva forårsaker hjertesvikt?

Når vi er i bevegelse, øker forbreningen rundt i kroppen. De ulike kroppsdelene trenger da mer blod for å få nok surstoff og næring. Et friskt hjerte klarer å øke sin aktivitet slik at blodsirkulasjonen blir tilfredsstillende. Et sykt hjerte er ikke i stand til dette, og tilstanden kalles da hjertesvikt.

Forskjellige typer hjertesykdom kan forårsake hjertesvikt, men det mest vanlige er at det oppstår etter gjennomgått [hjerteinfarkt](#). En del av hjertemuskelen er da død, og den er erstattet av et stivt arrvev. Dette nedsetter hjertets pumpeevne. Mangeårig [høyt blodtrykk](#) vil også kunne slite på hjertet og føre til hjertesvikt. Av samme grunn kan feil på hjerteklaffene ([aortastenose](#), [aortainsuffisiens](#), mitralstenose, [mitralinsuffisiens](#)) gi hjertesvikt på grunn av økt belastning og slitasje av muskelen. Det finnes også en lang rekke tilstander som svekker hjertet (kardiomyopati), for eksempel diabetes, infeksjon, alkohol

Hvordan diagnostiseres tilstanden?

Diagnosen vil som regel mistenkes på bakgrunn av de typiske symptomene som foreligger. Disse er nevnt over. Det vil bli tatt blodprøver for å kartlegge sykdommen, og røntgenundersøkelse av brystet er også aktuelt for å skille hjertesykdom fra lungesykdom med lignende plager. EKG kan vise tegn til annen hjertesykdom. Er det tvil om diagnosen, vil en ultralydundersøkelse av hjertet ([ekkokardiografi](#)) avgjøre med sikkerhet hvorvidt det foreligger hjertesvikt eller ikke. Unntaksvis kan det være behov for å gjøre andre undersøkelser for å klargjøre årsaken til hjertesvikten og omfanget av skaden på hjertet.

Hvordan behandles tilstanden?

Lettere grader av hjertesvikt behandles i allmennpraksis. Ved uttalt hjertesvikt er det nødvendig med sykehusbehandling. Hensikten med behandlingen er å lindre symptomene, bedre livskvaliteten og øke livslengden.

Egenbehandling

Det er flere ting du selv kan gjøre:

- [Spis mindre salt](#). Da får du lavere blodtrykk, og du letter arbeidet for hjertet. Salt binder væske i kroppen, noe som øker belastningen på hjertet. Det totale saltinntaket i løpet av døgnet bør ikke overskride 1 teskje, tilsvarende ca. 6 g salt (NaCl). Begrenset inntak av salt betyr opphør av all ekstra salttilsetning i kostholdet som ved brødbaking, potetkoking etc.
- Unngå store måltider, spis heller færre og hyppigere måltider.
- Unngå store mengder alkohol.
- [Stump røyken](#).
- Det kan være nyttig [å gå ned i vekt](#) dersom du er overvektig.
- Fysisk aktivitet bør styres etter plagene. Klarer du regelmessig å mosjonere litt, er det nyttig. Men du bør ikke belaste mer enn det kroppen tillater.

Medikamentell behandling

Det finnes mange medikamenter som er effektive ved hjertesvikt. De viktigste medikamentgruppene er:

- [ACE-hemmere](#) virker ved å utvide blodårene slik at blodtrykket går ned og belastningen på hjertet reduseres. Denne medikamenttypen utgjør i dag grunnbehandlingen hos de aller fleste med hjertesvikt.
- [Betablokkere](#) får hjertet til å slå roligere, de senker blodtrykket og de styrker hjertet. Også denne medikamenttypen brukes av de fleste.
- [Vanndrivende](#) minsker væskemengden i kroppen og dermed belastningen på hjertet. Den inngår gjerne i en form for trippelbehandling med ACE-hemmer og betablokker.
- [Digitalispreparater](#) styrker hjertet. Disse ble mye brukt før, men anvendes mindre i våre dager.
- Det finnes også andre preparater som er gunstige ved hjertesvikt, og en rekke nye behandlinger er under utvikling og utprøving.

Blodfortynnende medisiner brukes i noen tilfeller, særlig hvis du har [atrieflimmer](#). Rytmestabiliserende medikamenter brukes også dersom du har tendens til uregelmessig hjerterytme.

Annen behandling

Hos noen kan det være aktuelt med kirurgi. Det gjelder særlig de med klaffefeil. Blant pasienter med tendens til alvorlige rytmeforstyrrelser kan det være aktuelt å operere inn en [pacemaker](#) eller elektrosjokkutstyr (ICD). I svært sjeldne tilfeller gjøres hjertettransplantasjon.

Hvordan er langtidsutsiktene?

Hjertesvikt er en alvorlig tilstand der det allerede har oppstått varige forandringer i hjertet. Medikamentene som benyttes, er til stor hjelp, og bidrar i betydelig grad til å lindre plager og forlenge liv.

Hvor god prognosen er, vil avhenge av hvor alvorlig hjertesvikten er.