

Ds. Đặng Thị Ngọc Hà -

1. Chế độ ăn uống:

- Muối và các thực phẩm giàu natri chính là kẻ thù số 1 của bệnh nhân suy tim. Bệnh nhân suy tim cần dùng chế độ ăn nhạt (chế độ ăn giảm muối) để phòng ngừa các triệu chứng của ứ dịch.

- Ăn nhiều muối sẽ làm tăng gánh nặng, ảnh hưởng xấu đến tình trạng suy tim.
- Thực phẩm ít muối giúp bệnh nhân kiểm soát huyết áp, tránh phù nề, cải thiện tình trạng khó thở.
- Lượng natri trong bữa ăn không quá 2.000mg, và tốt nhất là dưới 1500mg.
- Nhịn uống bệnh nhân suy tim nặng cần loại bỏ muối hoàn toàn.

- Kiểm soát lượng dịch đưa vào: hạn chế lượng dịch từ 1,5-2 lít dịch/ngày đối với các bệnh nhân có triệu chứng suy tim nặng, đặc biệt với các trường hợp có hàm lượng natri máu. Hiện vẫn chưa xác định được mối liên quan rõ nét giữa tích lũy lỏng và việc hạn chế lượng dịch đưa vào đối với các trường hợp có triệu chứng suy tim nhẹ đến trung bình.



[Xem tiếp tại đây](#)