



ಸಾಗರದ ತಾಸಕ, ಅರಣ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ನಿಗಮದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣ ಬೇಳೂರು ಗೋಕರ್ಣದ ಆಶೋಕಿಯಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರಾಪುರ ಮಠಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ದಾಫವೇದರ ಶ್ರೀಗಳಿಂದ ಆಶೀರ್ವಾದ ಪಡೆದರು.

# ನಮ್ಮ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ

www.vijaykarnataka.com

x.com/vijaykarnataka

facebook.com/vijaykarnataka



## ಹೃದಯದ ವೈಫಲ್ಯ (Heart Failure)



### ಹೃದಯದ ವೈಫಲ್ಯ (Heart Failure)



ಹೃದಯವು ದೇಹದ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಪಂಪ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೃದಯದ ವೈಫಲ್ಯ (Heart Failure) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶ, ಕಾಲುಗಳು ಅಥವಾ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ದ್ರವ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ, ಆಯಾಸ, ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಊತ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಮುಂತಾದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

### ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯದ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣಗಳು

- ಹೃದಯಾಘಾತ ಮತ್ತು ಕೊರೋನರಿ ಆರ್ಟರಿ ಕಾಯಿಲೆ
- ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ
- ಹೃದಯದ ಕವಾಟಗಳ ಕಾಯಿಲೆಗಳು
- ಕಾರ್ಡಿಯೋಮಯೋಪತಿ - ಹೃದಯದ ಸ್ನಾಯುವಿನ ಕಾಯಿಲೆಗಳು
- ಜನ್ಮಜಾತ ಹೃದಯದ ದೋಷಗಳು
- ಮಧುಮೇಹ
- ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹೃದಯದ ಲಯದ ಅಸ್ತಸ್ಥತೆಗಳು

### ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಲಕ್ಷಣಗಳ ತೀವ್ರತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ:

- ಆಯಾಸ ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯ  
ಸಣ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ನಂತರವೂ ಹೆಚ್ಚು ಆಯಾಸವಾಗುವುದು.
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ (Dyspnea)  
ನಡೆಯುವಾಗ ಅಥವಾ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತುವಾಗ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಕಾಯಿಲೆ ತೀವ್ರವಾದಾಗ ಮಲಗಿದಾಗಲೂ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಕಾಲು ಮತ್ತು ಪಾದಗಳಲ್ಲಿ ಊತ (Edema)  
ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಯೂ ದ್ರವ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಬಹುದು.
- ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಉಬ್ಬಸ  
ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಲಗಿದಾಗ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು.



- ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು
- ಹೃದಯ ಬಡಿತ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು ಅಥವಾ ಅನಿಯಮಿತವಾಗುವುದು

### ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯ ಹೇಗೆ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ?

- ಮೇಲಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ:
- ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು
  - ಇಸಿಜಿ (ECG)
  - 2ಡಿ ಎಕೋ (2D Echo)
  - ಎದೆಯ ಎಕ್ಸ್-ರೇ (Chest X-ray)
  - ಬಿ ಎನ್ ಪಿ/ಎನ್ ಟಿ-ಪ್ರೋ ಬಿ ಎನ್ ಪಿ (BNP/NT-proBNP) ಮುಂತಾದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು
  - ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಕರೋನರಿ ಅಂಜಿಯೋಗ್ರಫಿ (Coronary angiography) ಅಥವಾ ಇತರ ಇಮೇಜಿಂಗ್ (imaging) ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮಾಡಬಹುದು.



### ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು, ಆಸ್ಥೆಗೆ ದಾಖಲಾಗುವ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು, ಹೃದಯದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದು ಮತ್ತು / ಜೀವನಾವಧಿ ಹಾಗೂ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು.

- ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆ  
ರೋಗಿಯ ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯದ ಪ್ರಕಾರ ಎ ಸಿ ಇ ಇನ್ ಹಿಬಿಟರ್ಸ್/ಎ ಆರ್ ಎನ್ ಐ (ACE in hibitors/ARNI), ಬೀಟಾ-ಬ್ಲಾಕರ್ಸ್ (beta - blockers), ಎಂ ಆರ್ ಎ (MRA),

- ಎಸ್ ಜಿ ಎಲ್ ಟಿ 2 ನ್ ಟಿಬಿಟರ್ಸ್ (SGLT2 INHIBITORS), ಡೈಯುರೆಟಿಕ್ಸ್ (Diuretics) ಮುಂತಾದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು.
- ಸಾಧನಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ  
ಅಯ್ಕೆ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಐ ಸಿ ಡಿ (ICD) ಅಥವಾ ಸಿ ಆರ್ ಟಿ (CRT) ಮುಂತಾದ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವುದರಿಂದ ಹಠಾತ್ ಹೃದಯ ಸ್ತಂಭನದ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಹೃದಯದ ಪಂಪಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗಬಹುದು.
  - ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ / ಇಂಟರ್ವೆನ್ಷನ್  
ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಸಿ ಆರ್ ಟಿ ಬಿಪಿ ಎ ಬಿ ಜಿ (CABG), ಕರೋನರಿ ಅಂಜಿಯೋಪ್ಲಾಸ್ಟಿ / ಸ್ಟೆಂಟಿಂಗ್ (coronary angioplasty/stenting), ವ್ಯಾಲ್ವ್ ರಿಪೇರ್ / ರಿಪ್ಲೇಸ್‌ಮೆಂಟ್ (valve repair/replacement) ಮುಂತಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಅಗತ್ಯವಾಗಬಹುದು.
  - ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳು  
ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಉಪ್ಪಿನ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು  
ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ದ್ರವ ಸೇವನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು  
ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದು  
ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಮತ್ತು ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು  
ತೂಕ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡುವುದು  
ಧೂಮಪಾನ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸುವುದು  
ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ನಿಯಮಿತ ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮಾಡುವುದು  
ವೈದ್ಯರು ಸೂಚಿಸಿದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು

### ತುರ್ತು ಎಚ್ಚರಿಕೆ

ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಹಠಾತ್ತನೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು, ಎದೆನೋವು, ಮೂರ್ಛೆ, ತೀವ್ರವಾದ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಅಥವಾ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ ತಕ್ಷಣ ತುರ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ನೆರವು ಪಡೆಯಬೇಕು.

### ಡಾ. ಅಜೀಯ ಕರ್ಕಪ್ ಸಿ ಎ

ಎಂಜಿನಿಯರ್, ಎಂಜಿ (ಜನರಲ್ ಮೆಡಿಸಿನ್),  
ಡಿಎಂ (ಕಾರ್ಡಿಯಾಲಜಿ)

ಕನ್ಸಲ್ಟೆಂಟ್ ಇಂಟರ್ವೆನ್ಷನಲ್  
ಕಾರ್ಡಿಯಾಲಜಿಸ್ಟ್  
(ಹೃದ್ರೋಗ ತಜ್ಞರು)

ನಂಜಪ್ಪ ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್ಸ್  
ದಾವಣಗೆರೆ



ಮಾಗನೂರು ಬಸಪ್ಪ ರಸ್ತೆ, ದಾವಣಗೆರೆ.

08192-260111

www.nanjappahealthcare.com

ಗಾಡಿಕೊಪ್ಪ, ಸಾಗರ ರಸ್ತೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ.

08182 221003



ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯವೇ  
ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ  
ಅಮೂಲ್ಯ ನಿಧಿ!



29 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್

ಈ ವಿಶ್ವ ಹೃದಯ ದಿನದಂದು,  
ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಿ!

ನಿಯಮಿತ ಹೃದಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ  
ಇಂದೇ ಹೃದ್ರೋಗ ತಜ್ಞರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಷರತ್ತುಗಳು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತವೆ\*

08182-251166/267300

ಗಾಡಿಕೊಪ್ಪ, ಸಾಗರ ರಸ್ತೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ

08182 221003

08192-260111/260333

ಮಾಗನೂರು ಬಸಪ್ಪ ರಸ್ತೆ, ದಾವಣಗೆರೆ