屏基醫療財團法人屏東基督教醫院

心臟衰竭護理指導

編　　號	ND心-004
製訂日期	2004.07
四修日期	2026.05

一、 症狀：咳嗽、疲倦及軟弱無力、呼吸困難、心跳不規則、胸悶、端坐呼吸(嚴重時無法平躺)、焦慮不安及夜間陣發性呼吸困難、食慾不振、噁心、心悸、頭暈、下肢水腫、尿量減少，嚴重者會有腹水及黃疸。

二、 護理：

(一)適當的休息、保持舒適安寧的環境、限制訪客、減輕焦慮、保持愉快的心情。

(二)注意四肢末梢循環，觀察有無冰冷、發紫。



(三)飲食：

1.低鹽飲食：鹽分每日 3-5 公克(約一小湯匙)，避免攝取罐頭及醃製類製品(如：醬菜、滷味、醬油、香腸 及火腿等)。

2.限制水分攝取：每日 1000-1500ml，避免攝取過多流質食物及水份高之水果類(如稀飯、果汁、瓜果類等)。

3.避免刺激性及產氣食物(如咖啡、酒類、茶類或辣椒、韭菜等)

4.日常生活：

(1).減少造成心臟負擔的因素，例如：避免感冒、感染、貧血及減少壓力。

(2).限制或減少活動、鼓勵盡量臥床休息、並做深呼吸、咳嗽以清除呼吸道分泌物，促進氧氣的輸送以利肺部擴張。

(3).不可太用力排便，以免增加心臟負荷，宜採取高纖食品及依處方服用軟便劑，並養成定時排便習慣。

(4).戒酒、戒菸及避免吸二手煙，養成規律生活作息，維持愉悅情緒。

(5).避免太冷太熱、溫差太大、空氣不好的環境，如：洗三溫暖、泡溫泉。
(6).避免隨意服用「非類固醇類抗發炎止痛藥」，易導致腎功能變差而引發水腫及心臟衰竭惡化，故於其他醫療院所就醫時務必告知有心臟衰竭病史。
(7).當病況穩定好轉時逐漸增加活動時間，可於住院期間與醫師討論適合之運動，活動時如有心悸或呼吸困難，應停止活動。



5. 特別注意事項：
(1).每日早餐前固定測量體重，體重超過 1.5 公斤/日，則可能是水分滯留體內。
(2).女性如想要懷孕時，應與醫師詳細討論是否合適。
(3).觀察有無復發症狀：如有呼吸急促、咳嗽、下腹腫脹、下肢水腫時應就醫。
(4).出院後應按時服藥及定期門診追蹤。



※諮詢電話：08-7368686 轉_____　　屏基關心您 祝您早日康復

衛教單張簽收聯

本人已接受【心臟衰竭護理指導】衛教說明，並經衛教人員確認理解相關照護重點

理解程度（護理人員評估-病人/家屬可重複衛教重點）
□ 完全了解　□ 大致了解　□ 需再次衛教

病人/家屬簽名：_____ 護理師簽章：_____中華民國____年_____月____日