



BRIGHAM AND
WOMEN'S HOSPITAL



Konprann epi Trete ensifizans kadyak

Yon gid pou pasyan ak fanmi



Member of **PARTNERS** HealthCare

BRIGHAM AND WOMEN'S/FAULKNER HOSPITALS

Byenveni nan Brigham and Women's Hospital

Se anplwaye Center for Advanced Heart Disease nan Brigham and Women's Hospital ki te ekri ti liv sa a. Nou espere l ap ede w konprann ensifizans kadyak ak kijan pou w pran swen tèt ou.

Aprè w fin li gid sa a, asire w ou poze doktè w yo ak enfimye w yo tout kesyon w genyen. W ap vin santi w pi byen si w travay avèk yo pou w pran kontwòl ensifizans kadyak ou a.

SE POU W ANKOURAJE E PRAN KONTWÒL !

■ TAB MATYÈ YO

Konprann ensifizans kadyak	Page 2
Kisa ensifizans kadyak ye ?	Page 2
Kè w	Page 2
Kijan yon kè nòm al fonksyone ?	Page 3
Kisa k rive nan ensifizans kadyak ?	Page 4
Kisa ki lakoz ensifizans kadyak ?	Page 5
Ki sentòm ki genyen nan ensifizans kadyak ?	Page 6
 Dyagnostike ensifizans kadyak	 Page 7
Kijan m ap fè konnen si m gen ensifizans kadyak ?	Page 7
Tès yo ka fè pou ou	Page 7
 Trete ensifizans kadyak	 Page 11
Kijan yo trete ensifizans kadyak ?	Page 11
Pran medikaman w	Page 12
Siveye ki kantite w ap bwè	Page 19
Manje manje ki pa gen anpil sodyòm	Page 20
Fè chanjman nan mòd lavi w	Page 22
Fè egzèsis chak jou	Page 25
 Pran desizyon	 Page 27
Manda pou swen sante	Page 27
Enstriksyon alavans	Page 28
 Gade pou pi devan	 Page 29
Nouvo tretman	Page 29
Kadyoloji sipòtif ak Swen palyatif	Page 32
Nimewo telefòn enpòtan	Page 35

■ KONPRANN ENSIFIZANS KADYAK

Kisa ensifizans kadyak ye ?

Anpil moun pa konprann ensifizans kadyak. Yo panse ensifizans kadyak vle di kè yo pral sispann bat. Ensifizans kadyak vle di reyèlman kè w pa ka ponpe san w jan li dwe ponpe l.

Gen de (2) tip ensifizans kadyak : sistolik ak dyastolik.

- **Nan ensifizans kadyak sistolik**, misk kadyak la vin fèb. Li pa ka ponpe ase san a chak batman kè.
- **Nan ensifizans kadyak dyastolik**, misk kadyak la vin rèd. Li ponpe nòmalman, men li pa ka detann li ak ranpli avèk san konplètman.

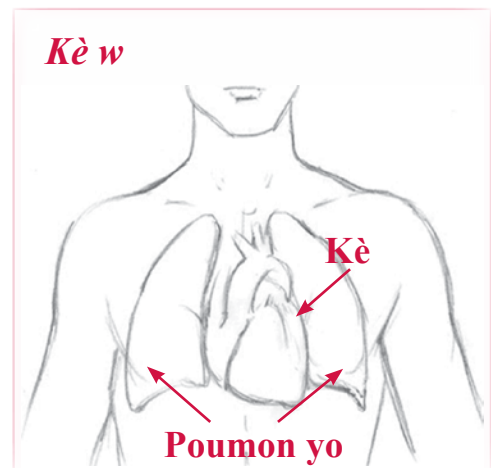
Eseye pa kite mo ensifizans la fè w enkyete. Pa gen gerizon pou ensifizans kadyak. Men, gen anpil bagay ou ka fè pou w anpeche l vin pi grav ak souvan pou w ede l vin amelyore.

Lè w pran swen ensifizans kadyak ou a, sa ka ede w santi w pi byen e jwi lavi a plis !

Kè w

Kè w se yon misk k ap ponpe san. Li nan mitan kòf lestomak ou nan mitan poumon w yo.

- Kè w gen 4 chanm. De (2) chanm anlè yo rele **oreyèt** e 2 chanm anba yo rele **vantrikil**.
- Kè w gen yon bò dwat ak yon bò goch. Chak bò gen yon oreyèt ak yon vantrikil.



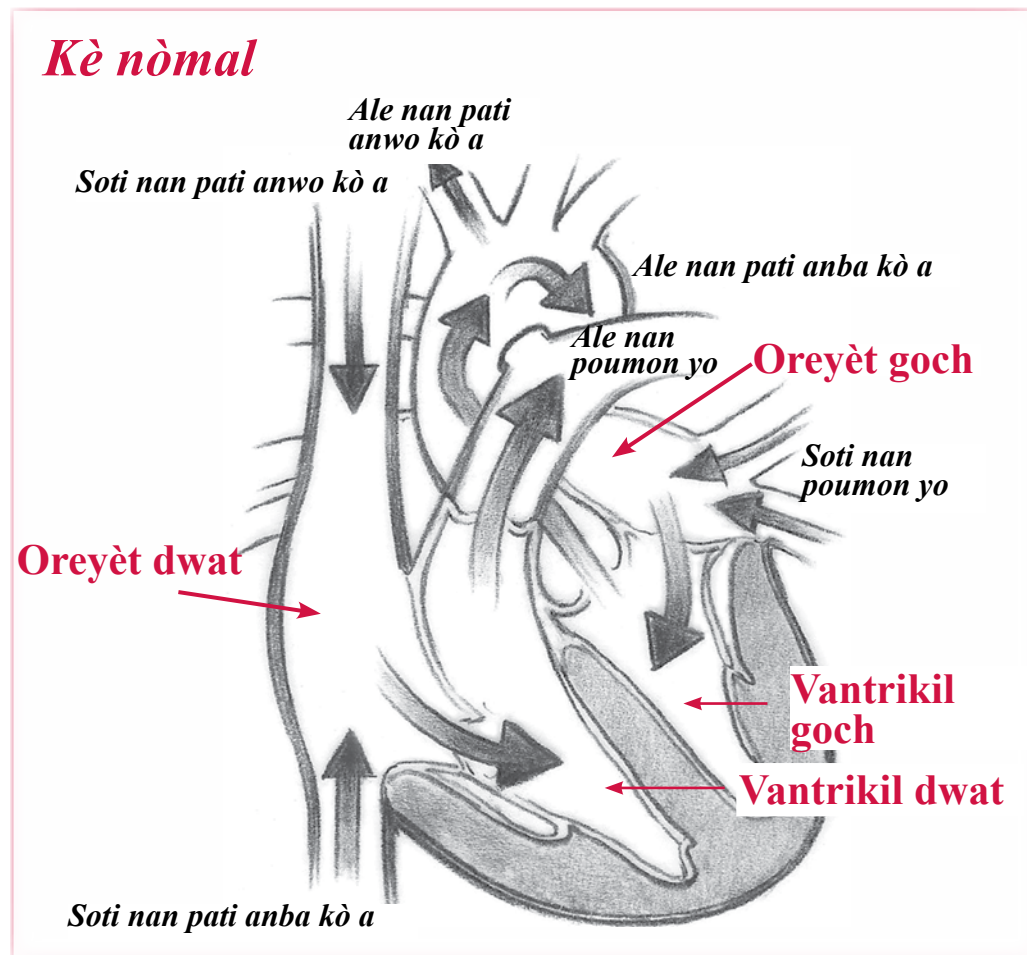
Gade kijan anndan kè w ye nan pwochen paj la.

Kijan yon kè nòmal fonksyone ?

De (2) bò kè w se tankou 2 ponp k ap fonksone ansanm.

- Ponp dwat la resevwa san ki sot nan kò w. Apre sa li ponpe l ale nan poumon w yo pou l pran oksijèn.
- Ponp goch la resevwa san ki sot nan poumon yo. Apre sa li ponpe l ale nan rèz kò w pou l bay oksijèn.
- Ponp goch la se misk epè ki gen fòs paske li ponpe san ale nan tout kò w. Ponp dwat la pi mens paske li dwe ponpe san ale sèlman nan poumon yo.

Kè a genyen tou yon sistèm elektrik. Sistèm sa a voye siyal pou di kè w kilè pou l ponpe.

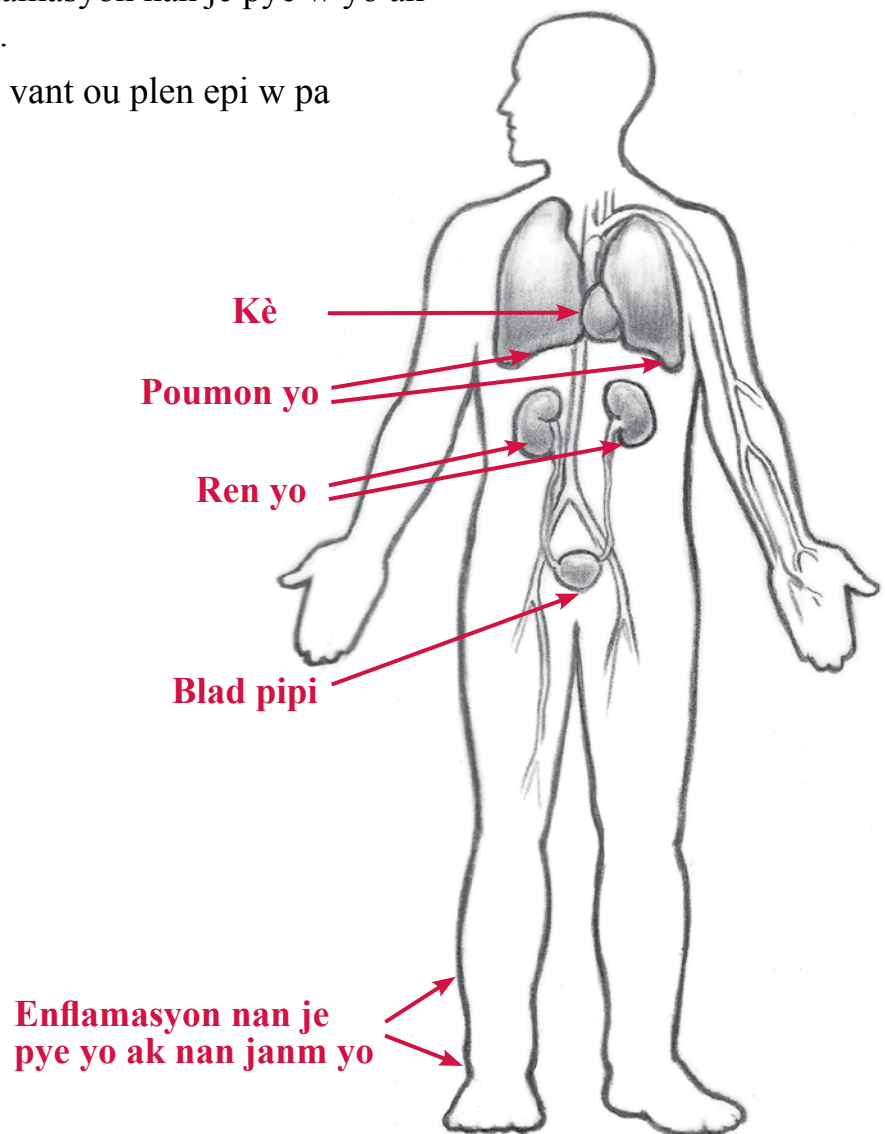


Kisa k rive nan ensifizans kadyak ?

Nan ensifizans kadyak, kè w pa ka ponpe ase san ki gen anpil oksijèn ale nan rè s kò w. Sa se vre sitou lè w ap fè egzèsis oswa lè w aktif. Sa lakoz yon mank oksijèn ak eleman nitritif nan san an ki ka fè w santi w fèb e fatigue.

Lè kè w pa ponpe byen, li ka lakoz san an tounen nan kò w tou. San an ki tounen an lakoz likid koule soti nan veso sangen w yo epi ale nan tisi yo. Yo rele sa **konjesyon**.

- Konjesyon ka fè w gen difikilte pou w respire.
- Li ka lakoz enflamasyon nan je pye w yo ak nan janm ou yo.
- Li ka fè w santi vant ou plen epi w pa anvi manje.



Kisa ki lakoz ensifizans kadyak ?

Nenpòt maladi ki fè kè w fèb ka lakoz ensifizans kadyak. Koz ki pi kouran yo se :

- Blokaj nan veso sangen ki pote san nan misk kè a
- Maladi tansyon
- Maladi nan valv kè yo
- Dyabèt
- Enfeksyon nan kè a
- Medikaman kont kansè
- Domaj jenetik ki genyen nan fanmi yo
- Domaj moun fèt avèk yo
- Maladi oto-imin

Anpil fwa yo pa janm konn koz la. Lè yo pa ka jwenn koz la, yo rele l ***kadyomyopati idyopatik***.



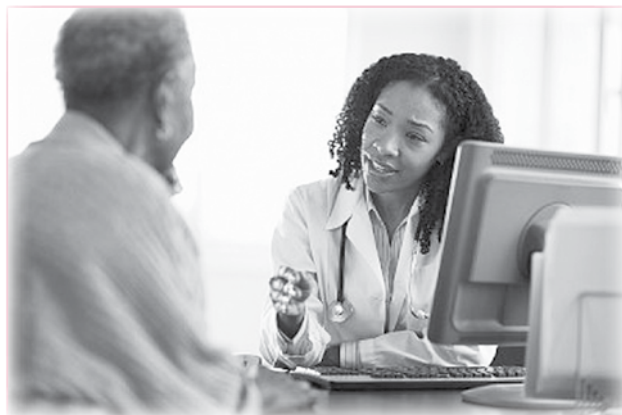
Kisa k lakoz ensifizans kadyak mwen an ?

Ki sentòm ki genyen nan ensifizans kadyak ?

Anpil nan sentòm ensifizans kadyak yo kapab se sentòm lòt pwoblèm medikal tou.

Èske w gen okenn sentòm ensifizans kadyak ?

- ☐ Pran plis pase 2 liv nan 2 jou oswa 5 liv nan yon semèn
- ☐ Difikilte pou respire apre w fin monte eskalye, lè w ap abiye, oswa lè w kouche
- ☐ Yon tous
- ☐ Feblès oswa fatig
- ☐ Enflamasyon nan je pye w yo oswa nan janm ou yo
- ☐ Ou santi w pa anvi manje
- ☐ Doulè nan vant ak vant plen



☎ Pale ak doktè w la oswa enfimyè w la si w gen nenpòt nan sentòm sa yo oswa si yo vin pi grav.

■ DYAGNOSTIKE ENSIFIZANS KADYAK

Kijan m ap fè konnen si m gen ensifizans kadyak ?

Premye endis ensifizans kadyak yo se difikilte pou w respire epi w ap santi w fèb lè w ap fè mouvman. Si doktè w la panse ou gen ensifizans kadyak, ou ka bezwen pou yo fè kèk tès pou ou. Tès sa yo ap ede pou yo jwenn koz sentòm ou yo epi pou yo deside ki tretman k ap pi bon pou ou.

Tès yo ka fè pou ou yo

- ☐ Electrocardiogram (Elektwokadyogram) oswa **EKG** oswa **ECG**
- ☐ Echocardiogram (Ekokadyogram) oswa **ECHO**
- ☐ Radyografi kòf lestomak
- ☐ Magnetic Resonance Imaging (Imajri avèk rezonans mayetik) oswa **MRI**
- ☐ Tès avèk egzèsis kadyopilmonè
- ☐ Tès estrès MIBI
- ☐ Positron Emission Tomography Scan oswa **PET**
- ☐ Tès San
- ☐ Kateterizasyon kadyak



*Electrocardiogram (Elektwokadyogram) oswa **EKG** oswa **ECG***

Tès sa a anrejistre aktivite elektrik kè w.
Li ka montre batman kè ki pa regilye oswa
pati nan kè a ki te domaje.



Echocardiogram (Ekokadyogram) oswa **ECHO**

Sa a se yon sonografi k ap montre foto
kè w. Li itilize ond avèk son pou mezire
gwoès ak fòm kè w. Li egzamine tou :

- Valv kè w yo
- Kijan kè w ap ranpli ak san
- Kijan kè w ap ponpe



Jan kè w ponpe san an rele ***fraksyon ejeksyon***. Sa se pousantaj oswa
kantite san ki ponpe chak fwa kè w bat.

Fraksyon ejeksyon nòmal la ant 55% e 70%. Pasyan ki gen ensifizans
kadyak sistolik yo gen souvan yon valè ki pi ba.

Radyografi kòf lestomak

Yon radyografi kòf lestomak pran yon foto
kè w ak poumon w yo. Li ka montre si kè
w pi gwo pase gwoès nòmal li oswa si gen
anpil likid nan poumon w yo.



Magnetic Resonance Imaging** (Imajri avèk rezonans mayetik) oswa **MRI

Yon MRI itilize ond radyografik ak yon chan mayetik pou l fè yon
foto 3D kè w. Sa pèmèt doktè w la wè veso sangèn ak chanm kè w yo
klèman.

Tès avèk egzèsis kadyopilmonè

Sa a se yon tès yo fè pandan w ap fè aktivite (estrès sou kè ak poumon). Li mezire fason kè w ak poumon w yo pote oksijèn bay kò w lè w ap fè egzèsis.

Pandan tès la, w ap pedale yon bisiklèt oswa w ap mache sou yon tapi woulant. W ap mete yon aparèy nan bouch ou pou w ka respire.



Tès estrès MIBI

Sa a se yon lòt tès yo fè pandan w ap fè aktivite. L ap fè konnen si kè w gen ase san lè w ap repoze w ak lè w ap fè egzèsis.

PET Scan

Tès sa a mezire san k ap sikile ale nan kè w. L ap gade si gen blokaj nan veso sangen yo k ap pote san nan misk kadyak ou. L ap gade tou si gen kèk ti zòn nan kè w ki pa jwenn ase oksijèn. Zòn sa yo ka domaje men yo anvi toujou.

Tès San

Tès san ka ede jwenn koz ensifizans kadyak ou a. Yo ka fè konnen tou si ensifizans kadyak ou ap amelyore oswa si l ap vin pi grav.



Kateterizasyon kadyak

Yo fè tès sa a nan Laboratwa kateterizasyon kadyak la, ki rele tou "Cath Lab" (Laboratwa kote yo mete katètè). Cath Lab la sanble ak yon sal operasyon.

Gen de (2) kalite kateterizasyon kadyak; toulede se pwosedi ki esteril. Sa vle di, pandan pwosedi a tout bagay y ap itilize ap san mikwòb. Sa enpòtan paske mikwòb yo ka lakoz enfeksyon.

De (2) kalite kateterizasyon kadyak

Kateterizasyon kadyak dwat

Yo mete yon ti tib an plastik ki rele katetè nan yon venn nan kou w oswa nan janm ou. Sa pèmèt doktè a mezire presyon ak san k ap sikile nan bò dwat kè w.

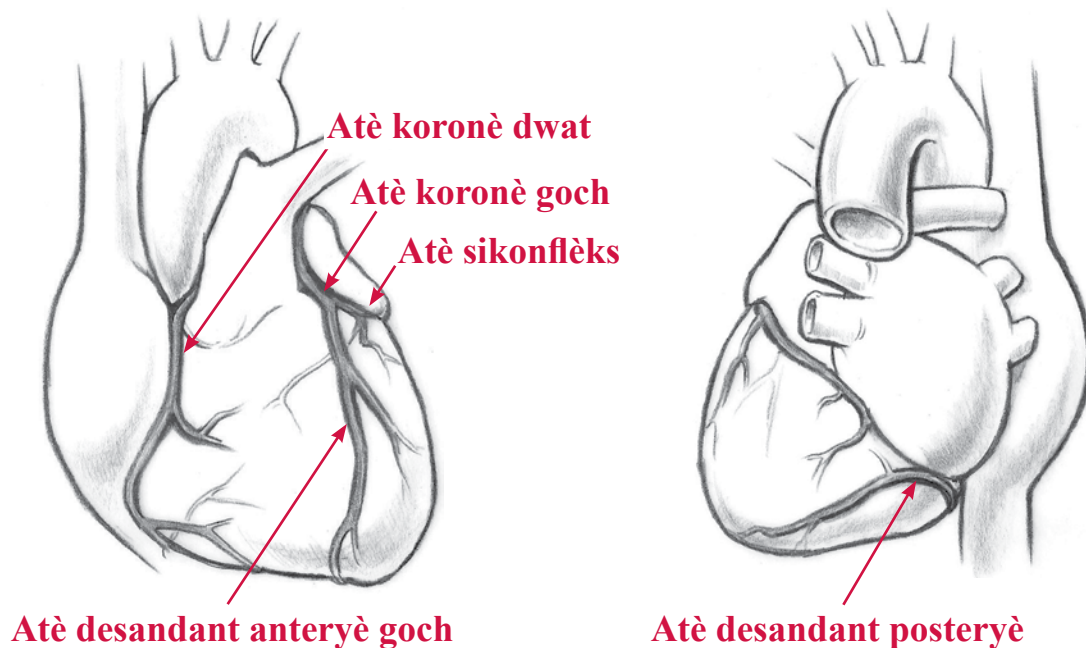
Pafwa yo fè yon biyopsi pandan pwosedi a. Sa a se lè yo pran yon ti moso tisi nan kè a. Apre sa, yo etidye tisi a pou yo eseye jwenn koz ensifizans kadyak ou a.

Kateterizasyon kadyak goch

Yo mete yon katetè nan yon atè nan lenn ou oswa nan ponyèt ou. Apre sa, yo mete koloran nan *atè koronè* w yo pou yo ka swiv yo byen.

Atè koronè yo se veso sangen ki ozalantou deyò kè w. Yo pote san ak oksijèn nan kè a sèlman. Koloran an pèmèt doktè w la wè yo nan yon radyografi epi li pèmèt li gade si gen blokaj.

Atè koronè w yo



■ TRETE ENSIFIZANS KADYAK

Kijan yo trete ensifizans kadyak ?

Pa gen gerizon pou ensifizans kadyak. Men, lè w trete ensifizans kadyak, sa ka anpeche l vin pi grav e souvan ede l vin amelyore. Anba a w ap jwenn sa w ka fè pou w trete ensifizans kadyak ou a :

Kijan pou w trete ensifizans kadyak ou a

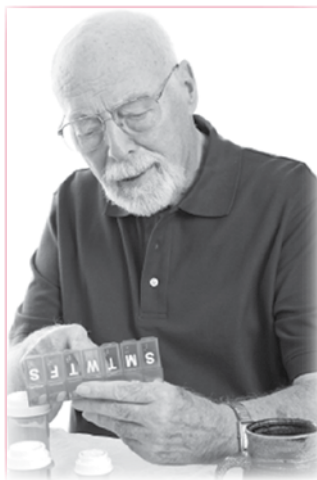
- ☐ Pran medikaman w.
- ☐ Siveye ki kantite w ap bwè.
- ☐ Manje manje ki pa gen anpil sodyòm.
- ☐ Fè chanjman nan mòd lavi w.
 - Pran pwa w lè w fèk leve chak matin.
 - Sispann fimen.
 - Pa bwè alkòl.
 - Ale nan randevou doktè w.
- ☐ Fè egzèsis chak jou.
- ☐ Rele doktè w imedyatman si sentòm ou yo vin pi grav oswa si w pran 2 liv nan 2 jou oswa 5 liv nan yon semèn.

Pran medikaman w

Medikaman ka kontwole sentòm ensifizans kadyak ou yo. Pami sentòm yo gen feblès, difikilte pou respire, ak enflamasyon nan je pye w yo ak nan janm ou yo. Lè w pran medikaman w, w ap santi w amelyore epi sa ap anpeche sentòm ou yo vin pi grav.

Kèk medikaman w ka pran se :

- ☐ Diuretik
- ☐ Angiotensin Converting Enzyme Inhibitors oswa **ACE** Inhibitors (Inibitè anzim konvèsyon anjyotansin)
- ☐ Angiotensin Receptor Blockers oswa **ARBs** (Blokè reseptè anjyotansin)
- ☐ Beta Blockers (Bèta blokan)
- ☐ Digoxin
- ☐ Nitrat oswa vazodilatatè
- ☐ Antikoagilan
- ☐ Antagonis aldostewòn



Diuretik yo

Yo rele diuretik yo grenn dlo tou paske yo fè w pipi pi dri. Diuretik yo ede ren w yo elimine sèl ak dlo ki sot nan san w ak eksès dlo ki sot nan kò w.

Twa bon bagay rive lè w fè sa :

- Respirasyon w ap vin pi fasil.
- Enflamasyon nan je pye w yo, janm ou yo, ak vant ou ap diminye.
- L ap pi fasil pou kè w ponpe.

Ki diuretik w ap pran ?

- ☐ Furosemide, ki se Lasix®
- ☐ Torsemide, ki se Demadex®
- ☐ Bumetanide, ki se Bumex®
- ☐ Metolazone, ki se Zaroxolyn®
- ☐ Hydrochlorothiazide, ki se HCTZ®
- ☐ Spironolactone, ki se Aldactone®
Ou ka li plis sou spironolactone nan seksyon ki pale de antagonis aldosterone yo.
- ☐ _____

Enpòtan !

Si w pèdi twòp dlo, w ap vin *dezidrate*. Sa vle di ou pa gen ase dlo nan kò w.

Si w dezidrate, ou ka santi tèt ou ap vire epi w fèb. Rele doktè w si sa rive !

ACE inhibitors (Inibitè ACE) yo

Inibitè ACE yo fè 2 bagay nan ensifizans kadyak. Yo bloke òmon ki ka lakoz afeblisman ak sikatris nan kè a ak nan ren yo avèk letan. Epi tou yo ka ede veso sangen w yo detann yo. Sa ede bese tansyon moun tansyon yo twò wo yo.

Lè w bese tansyon w, kè w pap genyen pou l travay di konsa. Sa ap ede ensifizans kadyak ou a.

Ki Inibitè ACE w ap pran ?

- ☐ Enalapril, ki se Vasotec®
- ☐ Captopril, ki se Capoten®
- ☐ Ramipril, ki se Altace®
- ☐ Lisinopril, ki se Prinivil® oswa Zestril®
- ☐ Quinapril, ki se Accupril®
- ☐ _____

ARB yo

ARB yo travay prèske menm jan ak inibitè ACE yo. Yo pwoteje kè a ak ren yo epi yo diminye tansyon w. Ou ka pran yon ARB si w pa ka pran yon inibitè ACE paske w gen yon tous.

Ki ARB w ap pran ?

- ☐ Losartan, ki se Cozaar®
- ☐ Valsartan, ki se Diovan®
- ☐ Irbesartan, ki se Avapro®
- ☐ Candesartan, ki se Atacand®
- ☐ _____

Beta Blockers (Bèta blokan) yo

Bèta blokan yo ede pwoteje kè w tou kont domaj. Yo ede ralanti frekans kadyak ou e bay kè w plis tan pou l repoze ant batman yo. Yo ka diminye tansyon w tou.

Ki Bèta blokan w ap pran ?

- ☐ Metoprolol, ki se Lopressor[®] oswa Toprol XL[®]
- ☐ Carvedilol, ki se Coreg[®]
- ☐ Bisoprolol, ki se Zebeta[®]
- ☐ _____

Digoxin

Digoxin fè kè w kontrakte pi dousman epi li fè kontraksyon yo pi fò. Li kapab balanse òmon ou yo tou. Balans sa a ap ede ensifizans kadyak ou a amelyore. Sa ap diminye chans pou w al entènè lopital.



Èske w ap pran digoxin, ki se Lanoxin[®] tou ?

Antagonis aldostewòn yo

Medikaman sa a bloke aldostewòn, ki se yon òmon ki la nan moman estrès. Li se yon grenn dlo fèb tou.

Yon antagonis aldostewòn kapab ede w viv pi lontan ak prevni w al entène lopital. Men, li kapab ogmante kantite potasyòm nan san w tou.

Pandan w ap pran youn, fè yo tcheke potasyòm ou pou w ka asire w li nòmal.

Ki antagonis aldostewòn w ap pran ?

- ☐ Spironolactone, ki se Aldactone®
- ☐ Eplerenone, ki se Inspra®
- ☐ _____

Nitrat oswa vazodilatatè yo

Medikaman sa yo detann veso sangen w yo epi yo bese tansyon w. Sa rann li pi fasil pou kè w ponpe san w. Li kapab rann li pi fasil pou w respire tou.

Ki nitrat oswa vazodilatatè w ap pran ?

- ☐ Isosorbide dinitrate, ki se Isordil®
- ☐ Isosorbide mononitrate, ki se Imdur®
- ☐ Hydralazine, ki se Apresoline®
- ☐ Sildenafil, ki se Revatio®
- ☐ Tadalafil, ki se Cialis®
- ☐ _____

Antikoagilan

Yo rele antikoagilan yo medikaman ki dilye san tou. Medikaman sa yo ede anpeche san w koagile.

Ki antikoagilan w ap pran ?

- ☐ Warfarin, ki se Coumadin®
- ☐ Dabigatran, ki se Pradaxa®
- ☐ Dalteparin, ki se Fragmin®
- ☐ Enoxaparin, ki se Lovenox®
- ☐ _____

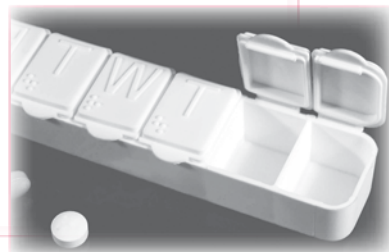
Si w ap pran warfarin, ou ka bezwen pou yo fè yon tè san INR pou ou regilyèman.

Konsèy pou w pran medikaman w san danje

- Konnen non medikaman w yo ak kisa yo fè.
- Konnen chak kilè pou w pran yo.
- Toujou mache ak lis medikaman w yo.
- Pran grenn ou yo.

Rele doktè w la oswa enfimyè w la si...

- Grenn ou yo prèske fini
- Ou pa ka pran grenn ou yo
- Grenn yo ba w efè segondè
- Ou kòmanse nenpòt nouvo medikaman



Pa pran medikaman sa yo

Lè w genyen ensifizans kadyak, ou pa dwe pran kèk medikaman. Toujou pale avèk doktè w anvan w kòmanse nenpòt nouvo medikaman.

Pa pran medikaman sa yo sofsi doktè w di w ou ka pran yo :

- ☐ Sipleman ki fèt ak fèy oswa remèd natirèl
- ☐ Medikaman pou doulè ki se medikaman kont enflamasyon ki pa estewoyid, tankou :
 - Aspirin
 - Ibuprofen ki se Motrin® ak Advil®
 - Indomethocin, ki se Indocin®
 - Naproxen, ki se Aleve®
- ☐ Medikaman pou rim ki ka monte tansyon w ak frekans kadyak ou
- ☐ _____

Pou ti kò fè mal ak doulè, pran acetaminophen, ki se Tylenol®.

Siveye ki kantite w ap bwè

Si w bezwen anpil diuretik pou w ka elimine eksès likid, li enpòtan pou w siveye ki kantite w ap bwè. Lè w bwè mwens, sa ap ede w evite genyen difikilte pou w respire ak enflamasyon nan je pye w yo oswa nan pye w yo.

Mande doktè w oswa enfimyè w la ki kantite w ka bwè chak jou. Pou anpil pasyan ki gen ensifizans kadyak, se 2 lit pa jou. De (2) lit se menm kantite ak 2 ka.

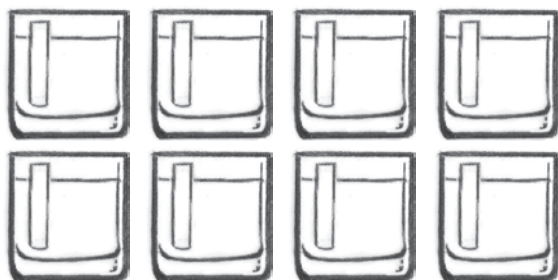
Si w oblije bwè mwens, ou ka bezwen mezire tout sa w ap bwè. Sa gen ladan l tout bagay k ap vin likid nan tanperati anndan kay. *Èske w te konnen si l fonn tankou krèm, li se yon likid ?*

Konsèy pou ede w bwè mwens

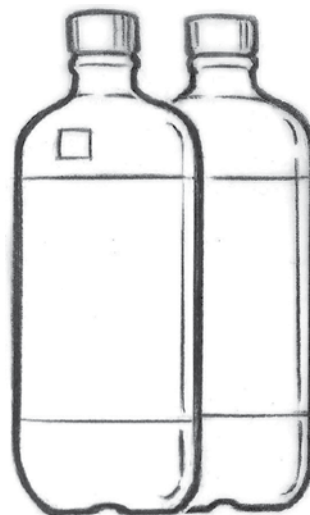
- Mezire bwason w yo ak yon tas pou mezire anvan w bwè yo.
- Moulèn chiklèt oswa manje mant ki pa gen sik lè w swaf.
- Glase bwason w yo pou w rann yo pi rafrechisan.
- Pa bwè plis pase _____.



1 ti vè = 8 ons



8 vè = 64 ons oswa 2 ka oswa 2 lit



Manje manje ki pa gen anpil sodyòm

Sodyòm se yon mineral kò w itilize an ti kantite. Pifò moun jwenn pifò sodyòm yo nan sèl yo jwenn nan prèske tout manje. Lè w manje sodyòm oswa sèl, kò w kenbe dlo. Sa ka fè ensifizans kadyak ou a vin pi grav.

Yo mezire sodyòm an miligram oswa mg. Yon rejim ki pa gen anpil sodyòm vle di manje ant 2.000 a 3.000 mg sodyòm chak jou. Mande doktè w la oswa enfimyè w la kisa ki bon pou ou.

Doktè w la, enfimyè w la, oswa dyetetisyen w nan ka ede w chwazi manje ki pa gen anpil sodyòm. Yo ka ede w chanje manje ak resèt ou prefere yo tou pou yo vin gen mwens sodyòm.

Lè w manje manje ki pa gen anpil sodyòm, sa ka fè w santi w pi byen !

Konsèy pou manje mwens sodyòm

- Pa manje plis pase _____mg sèl oswa sodyòm chak jou.
- Pa ajoute sèl nan manje w.
- Chwazi manje ki pa gen anpil sodyòm, tankou fwi fre, legim, vyann, ak pwason.
- Pa chwazi manje ki gen anpil sodyòm tankou :
 - Fwomaj ak chakitri (vyann glase tou kwit)
 - Manje konsèv
 - Ti goute ki gen sèl
 - Epis melanje ki gen sèl an kachèt
- Li etikèt manje yo pou w ka wè kantite sodyòm ki gen nan manje yo.

Tèm k ap ede w li etikèt manje yo

- ☐ **Sodium-free (Pa gen sodyòm):**
Prèke pa gen sodyòm
- ☐ **Very Low Sodium (Sodyòm nan piti anpil):**
35 mg oswa pi piti nan chak pòsyon
- ☐ **Low Sodium (Sodyòm nan piti):**
140 mg oswa pi piti nan chak pòsyon
- ☐ **Reduced Sodium (Sodyòm redwi):**
25% sodyòm an mwens nan chak pòsyon
- ☐ **Light or Lite Sodium (Sodyòm fèb) :**
Pou pi piti 50% sodyòm an mwens



Sa ap fè w konnen ki kantite nan manje a k ap fè yon pòsyon.

Serving Size 3 oz. (85g)

Sa ap fè w konnen ki kantite sodyòm ki genyen nan chak pòsyon.

Nutrition Facts

Amount Per Serving		As Served
Calories 38		Calories from Fat 0
		% Daily Value
Total Fat 0g		0%
Saturated Fat 0g		0%
Cholesterol 0g		0%
Sodium 0g		2%
Total Carbohydrate 0g		3%
Dietary Fiber 0g		8%
Sugars 0g		
Protein 0g		
Vitamin A 270%	•	Vitamin C 10%
Calcium 2%	•	Iron 0%

Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

	Calories	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65g	80g
Sat Fat	Less than	20g	30g
Cholesterol	Less than	300mg	300mg
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate		300g	375g
Dietary Fiber		25g	30g

Fè chanjman nan mòd lavi w

Chwazi yon mòd lavi ki bon pou sante kè vle di kenbe yon pwa ki bon pou lasante, kite fimen, epi evite alkòl.

Siveye pwa w

Pran pwa w chak maten epi ekri l. Si pwa w ogmante, sa kapab yon siy ki vle di kò w ap kenbe dlo. Sa vle di ensifizans kadyak ou a ap vin pi grav.

Konsèy pou ede w siveye pwa w

- Pran pwa w chak maten a menm lè a. Al nan twalèt anvan. Mete menm kalite rad la oswa fè l san rad.
- Ekri pwa w nan yon kalandriye oswa nan yon grafik.
- Rele doktè w la oswa enfimyè w la si w pran plis pase 2 liv nan 2 jou oswa plis pase 5 liv nan yon semèn.



Kite fimen

Fimen pa bon pou pèsonn, li pa bon espesyalman pou moun ki gen ensifizans kadyak. Fimen ka fè ensifizans kadyak ou a vin pi grav.

Kite fimen ka difisil, men ou ka fè l !

Konsèy pou ede w kite fimen

- Antre nan yon pwogram pou moun kite fimen.
Pou w ka jwenn yon lis pwogram yo, vizite www.makesmokinghistory.org oswa rele **1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)**.
- Poze doktè w la kesyon sou medikaman yo preskri ki ka ede w kite fimen.
- Mande manm fanmi w yo pou yo kite fimen.
- Pa kite lòt moun fimen lakay ou oswa lè yo bò kote w.



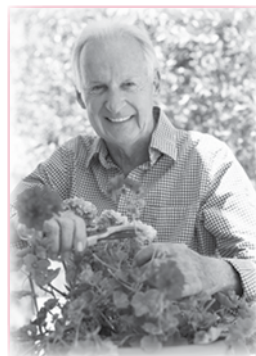
Evite bwè alkòl

Pifò doktè di pou w evite bwè alkòl si w gen ensifizans kadyak.
Mande doktè w la pou l di w kisa ki pi bon pou ou.

Ale nan randevou doktè w

Youn nan pi bon fason pou w pran swen ensifizans kadyak ou a se rete an kontak sere avèk doktè w la ak enfimyè w la. Asire w w ale nan tout randevou doktè w yo. Siveye sentòm ou yo epi rele doktè w la oswa enfimyè w la si gen nenpòt chanjman.

Lè w fè bagay sa yo, ou ka anmezi pou anpeche w al entènè lopital !



Bagay ou ka fè

- ***Ale nan randevou doktè w.***
- ***Rete an kontak avèk doktè w la ak enfimyè w la !***
- ***PRAN KONTWÒL ENSIFIZANS KADYAK OU A !!!***

Fè egzèsis chak jou

Jis paske w gen ensifizans kadyak la, sa pa vle di ou pa dwe fè egzèsis. An reyalyte, kè w se yon misk ki dwe travay pou l ka rete an sante.

Eseye fè egzèsis chak jou. Fè yon pwogram epi kenbe l fèm. Pale avèk doktè w anvan w kòmanse.

Pa enkyete w si w santi w sou presyon pou w kòmanse fè egzèsis oswa si w santi w twò fèb oswa twò fatige. Kou w kòmanse fè egzèsis nòmal, w ap kòmanse santi w pi byen.

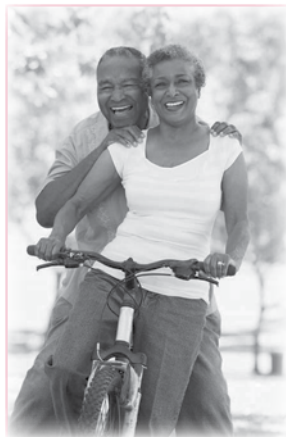
Lè w rete aktif, ou ka petèt anmezi pou w fè plis nan bagay ou renmen yo. Egzèsis fè kò w solid !

Rekòmandasyon pou pwogram egzèsis ou a

- Objektif pou pifò moun ki gen ensifizans kadyak se 30 minit egzèsis chak jou.
- Kòmanse dousman. Fè egzèsis 5 a 10 minit pa jou. Fè yon ti kras egzèsis anplis chak fwa jiskaske w rive a 30 minit pa jou.
- Lè w fini, ou dwe santi w ta ka fè plis. Si w santi w epwize, sa vle di w fè twòp !

Konsèy pou w ka fè egzèsis la tounen yon plezi

- Pran yon zanmi avè w kòm konpay.
- Eseye mache, monte bisiklèt, oswa naje. Sa yo se bonjan mwayen pou w fè egzèsis.
- Mache nan yon sant komèsyal oswa monte yon bisiklèt ki rete an plas pou w fè yon bagay diferan.
- Patisipe nan kou jimnastik nan dlo nan yon sant pou mete w anfòm, oswa nan yon pisin kominotè.



☎ Rele Doktè w la oswa enfimyè w la si...

- W planifye pou w kòmanse yon pwogram egzèsis
- W ap esoufle lè w pap fè anyen oswa lè w ap fè yon ti mouvman
- Ou fatige pou plis pase yon jou apre anpil aktivite

■ PRAN DESIZYON

Pran desizyon

Tout moun ki gen yon maladi kwonik dwe reflechi sou sa yo ta renmen si yo ta vin malad grav. Anpil moun santi yo pa alèz pou yo reflechi sou sa e pale de sa epi yo deside pou yo retounen sou sa alavni. Men, pi bon lè pou w fè sa se lè w santi w byen epi w ka panse klèman.

Fè yon plan

Lè w fè yon plan pou avni w, sa ap :

- Ba ou kontwòl sou kijan y ap pran swen w alavni
- Retire sou do fanmi w enkyetid pou yo pran desizyon pou ou
- Fè doktè w konnen kijan pou l pran swen w

Yon Manda pou swen lasante ak yon Enstriksyon alavans se zouti k ap ede w fè plan sa yo e pou pataje yo ak fanmi w ak moun k ap pran swen w yo.

Manda pou swen lasante

Yon Mandatè pou swen lasante se yon moun ki ka pran desizyon pou ou si w malad epi ou pa ka pale pou tèt ou.

Asire w ou :

- Diskite dezi w yo ak moun sa a
- Siyen fòm pou w chwazi Mandatè pou swen lasante a ak pou Enstriksyon alavans la
- Fè yo mete fòm sa yo nan dosye medikal ou

Enstriksyon alavans

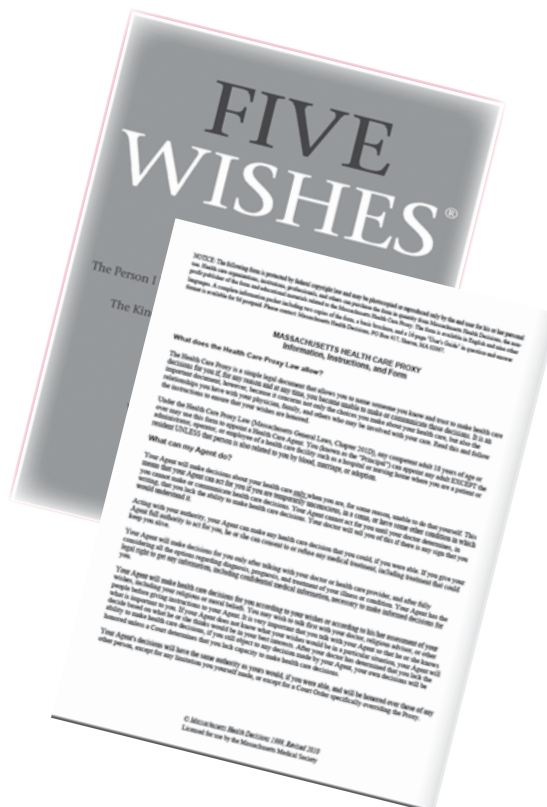
Pifò moun ta renmen fè chwa sou kantite ak kalite swen pou yo resevwa. Lè moun yo vin pi malad, yo ka pran desizyon pou yo pa resevwa kèk tip swen.

Li enpòtan anpil pou w fè Mandatè pou swen lasante w la ak moun k ap pran swen yo konnen kisa w vle ak kisa ou pa vle.

- Fè doktè w la konnen dezi w yo epi mande l pou l mete enfòmasyon yo nan dosye medikal ou.
- Ekri dezi w yo epi bay moun k ap pran swen w yo ak Mandatè pou swen lasante w la yon kopi.

Si w pa anmezi pou w pran desizyon pou tèt ou, y ap konnen kisa dezi w yo ye.

Si w bezwen yon fòm pou w chwazi yon Mandatè pou swen lasante oswa yon fòm pou Enstriksyon alavans, tanpri mande doktè w la oswa enfimyè w la.



Nouvo tretman

Gen plizyè nouvo tretman pou ensifizans kadyak. Si medikaman ak chanjman nan mòd lavi pa ase pou pran swen sentòm ou yo, doktè w la ka mande w pou w eseye yon tretman ki diferan.

Tretman w ka genyen yo se :

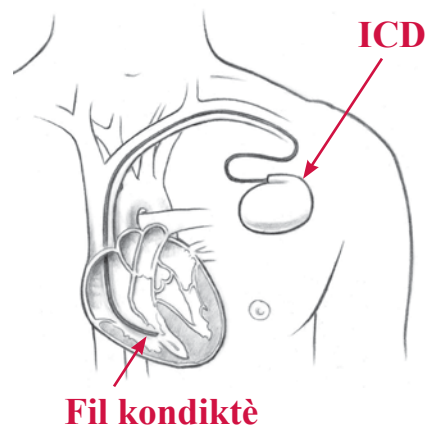
- ☐ **I**mplantable **C**ardioverter **D**efibrillator oswa **ICD** (Defibrillatè kadyovètè enplantab)
- ☐ **C**ardiac **R**esynchronization **T**herapy oswa CRT (Terapi pou resenkwonizasyon kadyak)
- ☐ Aparèy mekanik pou èd :
 - **V**entricular **A**ssist **D**evice oswa **VAD** (Aparèy pou Èd vantrikilè)
 - **T**otal **A**rtificial **H**earth oswa **TAH** (Kè atifisyèl total)
- ☐ Transplantasyon kadyak
- ☐ Rechèch ak etid klinik

Implantable Cardioverter Defibrillator oswa ICD

Kèk pasyan ki gen ensifizans kadyak gen batman kè yo ki rapid anpil. Yo rele sa **takikadi vantrikilè** oswa **fibriyasyon vantrikilè**. Batman kadyak rapid sa yo ka lakoz pwoblèm grav, tankou pèt konesans ou menm lanmò.

Yon **ICD** se yon ti aparèy elektwonik yo mete anba po w. Aparèy la genyen yon fil yo rele **fil kondiktè** yo mete anndan kè a.

Si w genyen yon rit kadyak ki danjre, fil la voye yon siyal elektrik nan aparèy la. Apre sa aparèy la ap voye yon siyal elektrik nan kè w. Siyal la ap fè kè w bat nòmalman ankò.



Cardiac Resynchronization Therapy oswa CRT

Yon kè nòm al voye siyal elektrik bay toulede vantrikil yo anmenmtan pou yo ka ponpe ansanm. Pafwa nan ensifizans kadyak, siyal yo pa fonksyone byen konsa, epi vantrikil yo pa ponpe ansanm. Sa febli kapasite kè a pou l ponpe.

Lè sa rive, yon pacemaker (estimilatè) ki rele yon aparèy CRT kapab ede. Se yon ti aparèy ki sèvi ak yon ti batri yo mete anba po a. Li gen 3 fil ki rele fil kondiktè. Yo plase yon elektwòd nan oreyèt dwat la, epi yo mete yon fil kondiktè nan chak vantrikil. Aparèy la voye siyal elektrik atravè toulede fil kondiktè yo anmenmtan pou vantrikil yo ka ponpe anmenmtan.

CRT ka fè sentòm ensifizans kadyak ou yo vin amelyore. Li kapab rann li pi fasil tou pou w fè egzèsis epi l ap ede w pou w vin pi aktif.

Si w bezwen toulede yon CRT ak yon ICD, yo ka mete yo menm lè pandan y ap itilize yon sèl aparèy.

Mechanical Assist Device (Aparèy mekanik pou èd) oswa VAD oswa TAH

Yo itilize yon aparèy mekanik pou èd pou ensifizans kadyak ki grav lè kè a pa anmezi pou l ponpe ase san ale nan ògan kò a. Yo mete l anndan kò a pandan y ap fè yon chiriji kote yo ouvè kè pasyan. Yon aparèy ka estabilize kè a epi ede w pou w santi w pi byen.

Gen plizyè kalite ponp.

- Kèk ponp travay tankou yon ponp k ap bay kouran pou ede yon kè ki fèb.
- Yon lòt kalite ponp ranplase vantrikil yo epi li fè tout travay ponpe a.

Si w bezwen yon aparèy, doktè w la ap chwazi ponp ki pi bon pou ou a selon bezwen w yo.

Chwa sa a gen dwa pa posib pou tout moun.

Transplantasyon kadyak

Transplantasyon kadyak se yon operasyon pou yo ranplase yon kè ki malad pa yon kè ki an sante. Yo itilize transplantasyon kadyak pou ensifizans kadyak grav lè yon pasyan ka petèt gen ris pou l mouri.

Sa a se yon chwa pou kèk moun sèlman. Pasyan yo dwe gen yon sante ki bon anpil, esepite pou pwoblèm kè a.

Rechèch ak etid klinik

Yo toujou kontinye ap fè rechèch medikal pou yo chache nouvo tretman pou ensifizans kadyak. Gen nouvo operasyon, rechèch kote yo itilize selil souch ak kè atifisyèl, ak etid klinik avèk medikaman ak aparèy mekanik. Nou espere bagay sa yo ka fè jwenn nouvo tretman alavni.

Brigham and Women's Hospital ap fè anpil etid klinik kounye a. Si w panse w ta renmen patisipe nan yon etid, mande doktè w la oswa enfimiyè w la plis enfòmasyon.



Kadyoloji sipòtif ak Swen palyatif

Nan faz tèminal ensifizans kadyak la, sentòm ou yo ka vin pi grav, epi ou ka santi w enkyete pou avni w. Pou moman sa yo, Brigham and Women's Hospital gen pwogram Kadyoloji sipòtif ak Swen palyatif la.

Gras a pwogram sa a, doktè ekspè yo, enfimyè yo, ak travayè sosyal yo ap travay avèk ou, fanmi w, ak ekip kadyoloji w la.

Yo kapab ede :

- Prevni ak trete sentòm ou yo
- Ofri konsèy ak soutyen emosyonèl
- Ede oumenm ak fanmi w pran desizyon medikal difisil



Tanpri mande doktè w la oswa enfimyè w la plis enfòmasyon.

Nòt

[illegible]

[illegible]



NIMEWO TELEFÒN ENPÒTAN YO

Rele	Kilès	Kilè
911	Sèvis medikal dijans	Si w gen yon ijans ki met lavi w an danje !
	Doktè oswa enfimyè	Si w gen nenpòt nan sa yo : • Pran 2 liv nan 2 jou oswa 5 liv nan yon semèn • Esoufleman k ap vin pi grav • Difikilte pou w respire lè w kouche • Feblès oswa fatig k ap vin pi grav • Enflamasyon ap vin plis nan janm ou yo ak nan pye w yo • Ou pa vle manje • Doulè nan vant ak vant plen
857-307-4000	Watkins Cardiovascular Clinic	Pou pran oswa chanje randevou



BRIGHAM AND
WOMEN'S HOSPITAL



Brigham and Women's Hospital
75 Francis Street, Boston, MA 02115

BWH © 12/12 SR# 0700374 (Haitian Creole)