



Kalp Yetmezliğinde Polifarmasi

Bir kalp yetmezliği (KY) hastası olarak **birden fazla ilaç** düzenli olarak kullanmanız gerekebilir⁶



Çalışmalar KY hastası **yaşlı yetişkinlerin** çoğunun (~%90) en az **3 başka hastalığı daha** olduğunu göstermektedir.⁸



KY hastalarının genellikle **5 veya daha fazla** ilaç kullanması gerekir; buna **'polifarmasi'** denir.⁹



Polifarmaside yardımcı ipuçları:



1. Doktorunuza TÜM hastalıklarınız için kullandığınız TÜM ilaçları söyleyin.



2. Doktorunuzdan/eczacınızdan doz saatlerinin de yer aldığı bir **Olası En İyi İlaç Listesi (OEİL) hazırlamasını isteyin.**

İlaç-ilaç / ilaç-Besin etkileşimi olmadığından emin olun. Listeyi her zaman yanınızda taşıyın.



3. Doğru dozu doğru zamanda almaya dikkat edin; doktorunuzun talimatlarına uyun.



4. Günlerin yazılı olduğu ilaç kutuları vb. gibi araçlar kullanın veya onay kutucuklu bir günlük ilaç listesi tutun.

Her ilacı aldıktan sonra ilgili kutucuğu işaretleyin.

! Herhangi bir yan etki görürseniz doktorunuza bildirin.



Bil dirimde bulunmanız ilaçların güvenliliğinin tüm hastalar için iyileştirilmesine yardımcı olur. Bu bilgiler, doktorların ilaçların risklerini ve faydalarını anlamalarına yardımcı olarak hastaları için daha uygun ilaç seçimleri yapmalarını sağlar.¹⁰

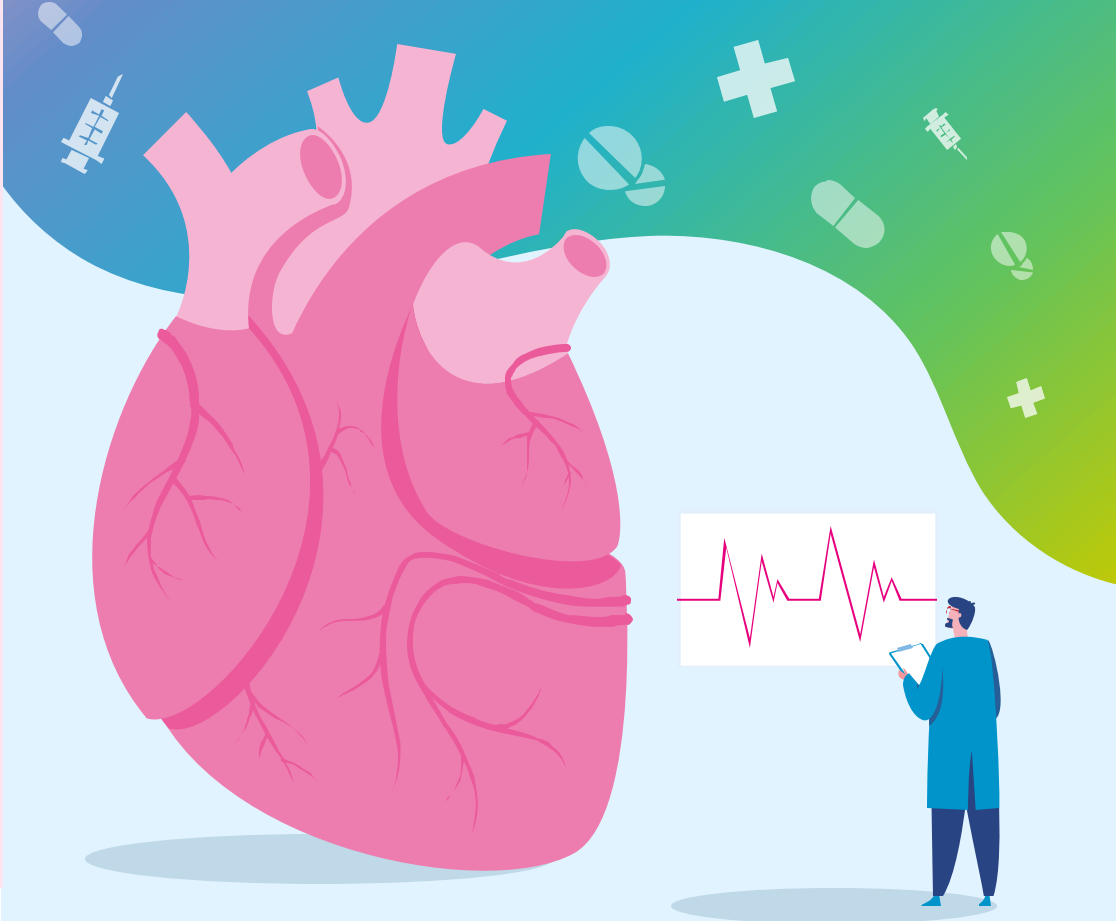
Burada verilen tavsiyeler Sağlık Çalışanlarının tavsiyelerinin yerini almamalıdır.

Kaynaklar:

1. Armstrong, Paul W., et al. "Vericiguat in patients with heart failure and reduced ejection fraction." *New England Journal of Medicine* 382.20 (2020): 1883-1893. Includes Supplementary Appendix.
 2. Butler, Javed, et al. "Clinical course of patients with worsening heart failure with reduced ejection fraction." *Journal of the American College of Cardiology* 73.8 (2019): 935.
 3. Greene, Stephen J., Robert J. Mentz, and G. Michael Felker. "Outpatient worsening heart failure as a target for therapy: a review." *JAMA cardiology* 3.3 (2018): 252-259.
 4. HealthXchange.SG, erişim tarihi Mayıs 2022 - <https://www.healthxchange.sg/heart-lungs/heart-failure/heart-failure-symptoms-causes-risk-factors-diagnosis>.
 5. Mangini, Sandro, et al. "Decompensated heart failure." *Einstein (Sao Paulo)* 11 (2013): 383-391.
 6. HealthHub, erişim tarihi Kasım 2021 - <https://www.healthhub.sg/a-z/diseases-and-conditions/717/Heart-Failure-Medication>). 225.
 7. Shah, Anil, et al. "Heart Failure: A Class Review of Pharmacotherapy." P & T, a peer-reviewed journal for formulary management vol. 42.7 (2017): 464-472.
 8. Ozan Unlu. *Circulation: Heart Failure. Polypharmacy in Older Adults Hospitalized for Heart Failure*. Volume: 13, Issue: 11, DOI: (10.1161/CIRCHEARTFAILURE.120.006977).
 9. Beezer, J. *Polypharmacy definition and prevalence in heart failure: a systematic review*. *Heart failure reviews*, 2022, 27(2), 465-492.
 10. <http://www.smj.org.sg/article/management-heart-failure-patient-primary-care-setting> Huang, Weiliang, Shao Guang Sheldon Lee, and Choon How How. "Management of the heart failure patient in the primary care setting." *Singapore medical journal* 61.5 (2020): 225.
- Bu infografik Bayer tarafından oluşturulmuş ve finansé edilmiştir.



KRONİK KALP YETMEZLİĞİ İLE YAŞAMAK



Kalp yetmezliği veya dekompanseasyonunun kötüleştiğini gösteren **olası belirtiler** ve **bulgular** nelerdir?



Son 3 ay içinde, hastaneye yatış olmadan, intravenöz (İV) diüretik kullanımı^{1,2}

İstirahat hâlindeyken veya eforla nefes darlığı / kolay yorulma / nefes almada güçlükte sıklaşma^{1,4,5}

3 ay içinde veya son 3-6 ay arasında kalp yetmezliği nedeniyle hastaneye yatış^{1,3}

Nefes darlığını önlemek için daha önce olduğundan **daha dik bir pozisyonda uyuma ihtiyacı^{1,5}**

Ani kilo artışı (2 günde 2 kg'dan fazla); kısa süre içerisinde pantolon / ayakkabı / çorapların dar gelmesi^{1,4}

Şişlikte ('ödem') artış^{1,4,5}

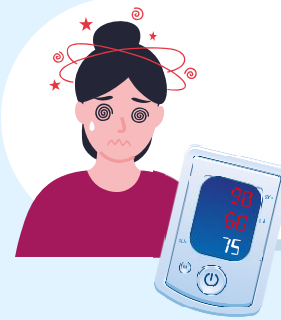


Bu belirtileri görürseniz kalp yetmezliğinin/dekompanseasyonunun kötüleşmiş olabileceği şüphesiyle doktorunuza danışın.

Kalp yetmezliği ilaçlarınızdan veya aynı anda birden fazla ilaç kullanmanızdan kaynaklanan yan etkiler yaşayabilirsiniz^{6,7}.

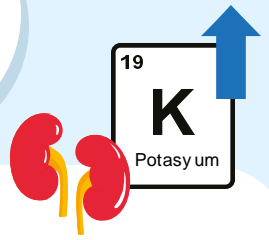


Kalp Yetmezliğinin ilerlemesini ya vaşlattığı için ilaçlarınızı kullanmanız önemlidir. Bu sa yede ya pmaktan hoşlandığınız şeyleri ya pabilir ve sevdi klerinize daha fazla va kit geçirebilirsiniz. Aşa ğıda en ya ygın görülen yan etkilerden bazı larına ve bunları nasıl yönetebileceğinize ilişkin bilgiler yer almaktadır⁶:



Tansiyon düşüklüğü, baş ağrısı veya baş dönmesi⁶

- Yattığınız / oturduğunuz yerlerden yavaşça kalkın.
- Doktorunuza danışarak ilaçlarınızı yeniden değerlendirmesini isteyin ve kompresyon çorabı kullanmanızın uygun olup olmadığını sorun.



Potasyum seviyesinin yükselmesi⁶

- Potasyumdan zengin besinlerden (ör. muz, fasulye, mercimek, patates) ve potasyum gıda takviyelerinden kaçının.



Mide bulantısı⁶

- Gün boyunca küçük porsiyonlu öğünler tüketmeye çalışın.
- Temiz hava alın ve evinizi havalandırın.
- Kızartılmış besinlerden mümkün olduğunca uzak durun.
- Yemeğinizi yedikten hemen sonra uzanmamaya çalışın.
- İlaçlarınızı almak için en uygun saatleri doktorunuza danışın.



Kalp yetmezliği ilaçlarının sebep olabileceği diğer yan etkiler arasında kuru öksürük, yavaş kalp atışı, ellerde ve ayaklarda üşüme, yorgunluk ve serum kreatininde/kan üre azotunda (BUN) artış yer alır⁷



İlaçlarınızı kullanmayı kendi başınıza bırakmayın ve herhangi bir yan etki yaşarsanız doktorunuza danışın.