

Symptomerne på hjertesvigt

De mest almindelige tegn på, at hjertet er udfordret, er åndenød, udtalt træthed og ophobning af væske i maven eller hævede ben. Derfor er det særligt vigtigt at kunne genkende symptomerne på kronisk hjertesvigt – som i de fleste tilfælde heldigvis kan håndteres effektivt.

Se videoen, hvor en sygeplejerske fortæller mere om væskeophobning:

Har du mistanke om hjertesvigt?

Mærker du symptomer på hjertesvigt, er det vigtigt at gå til lægen for at sikre den rigtige diagnose. Det er ikke sikkert, at det er hjertet, der er gal med. Omvendt lider mange af hjertesvigt uden at vide det. For nogle af de typiske symptomer kan opstå af andre årsager.

Ved at være godt forberedt får du mest muligt ud af lægebesøget. Se, hvordan du forbereder dig til besøget hos lægen.

Vær opmærksom på forværringer

Hvis du lever med hjertesvigt, er det vigtigt, at du holder øje med dine symptomer og kontakter lægen, hvis du mærker ændringer i din tilstand. Ændrede symptomer kan være tegn på, at din behandling skal ændres.

Når hjertet er slidt, betyder det ofte, at pumpefunktionen er nedsat, så ilten transporteres langsommere rundt i kroppen. Hjertet kan være så udsat, at kroppen tilbageholder og ophober væske i mave og ben. Lær derfor de 8 vigtige symptomer at kende – din egen indsats gør en forskel.

[Hent symptomtjekkeren her](#)

1. Åndenød

Åndenød kan opstå, når hjertets pumpefunktion bliver dårligere. Det kan give væskeansamling i lungerne, så du lettere bliver forpustet, når du går ture, køber ind og laver andre hverdagsting.

2. Træthed

Ved hjertesvigt pumper hjertet mindre blod rundt i kroppen. Det nedsætter iltforsyningen, som dine muskler og væv behøver for at skabe energi. Når blodet indeholder mindre syre og næring er det, at du kan føle dig mere træt.

3. Hævede ankler, ben og mave

Tøj eller sko kan stramme mere, da væske i kroppen ophober sig i benene, anklerne eller maven og får dem til at hæve.

4. Pludselig vægtstigning

Stiger badevægten med mere end 2 kilo på en uge, kan det skyldes ophobning af væske i kroppen. Det kan være et tegn på en forværring af hjertesvigt.

5. Hurtig puls

Hjertet slår nogle gange ekstra hurtigt for at kompensere for dets nedsatte evne til at pumpe blod rundt i kroppen.

6. Nedsat appetit

En ophobning af væske omkring tarmene kan påvirke fordøjelsen og nedsætte appetitten, eller give dig kvalme, når du spiser.

7. Svært ved at trække vejret, når du ligger ned

Du kan også få hoste og åndenød, når du ligger ned. Så er du måske nødt til at sove i siddende stilling eller med mange puder.

8. Hypighed af vandladning

Der tilføres mindre blod til nyrerne, når du har hjertesvigt, hvilket får dig til lade vandet mindre hyppigt. Hvis du derimod tager vanddrivende medicin, skal du måske lade vandet mere hyppigt, når den overskydende væske i kroppen udskilles.

Hold øje med ændringer

Har du fået diagnosen hjertesvigt, er det vigtigt, at du er opmærksom på ændringer:

- Mærker du nye symptomer, du ikke før har haft?
- Oplever du en forværring?

Oplever du en forværring, kan du få justeret behandlingen hos din læge. Så vil du i langt højere grad have mulighed for at få en god hverdag og undgå indlæggelse.

Gå til regelmæssig kontrol

Det anbefales, at du går til kontrol hos din egen læge hver tredje-fjerde måned. Du skal selv bestille tid til lægebesøget og aftale, hvornår du fremover skal komme til nye kontroller. Til kontrollen vil du få taget blodprøver (væsketal), blodtryk og EKG.

Din læge vil kontrollere og vurdere dine symptomer. Er der brug for en ny vurdering hos en hjertespecialist, vil du blive henvist til hjerteklinikken på hospitalet.

Kontakt straks lægen, hvis du:

- Oplever, at du bliver mere forpustet, end du plejer
- Føler, at du har svært ved at få vejret og bliver forpustet, når du lægger dig ned
- Vågner om natten med hoste eller har svært ved at få vejret
- Oplever, at dine ben hæver
- Oplever, at din mave bliver større i omfang, og du får svært ved at bukke dig ned
- Oplever svimmelhed, når du går omkring
- Oplever hjertebanken eller åndenød

Kommer symptomerne om aftenen eller natten, kan du kontakte vagtlægen og i Region Hovedstaden akuttelefonen 1813. Oplever du en pludselig forværring, skal du altid ringe 112.

Sund livsstil og fysisk aktivitet er en vigtig del af behandlingen og en god hverdag.

Hold øje med vægten

Hvis du holder øje med din vægt, kan du hurtigt opdage tegn på forværring. Vægtstigning er et af de første tegn på begyndende væske i kroppen.

- Vej derfor gerne dig selv hver dag eller mindst tre gange om ugen
- Vej dig om morgenen, før du spiser morgenmad og med tom blære
- Tager du 2 kg eller mere på over to-tre dage, bør du kontakte lægen

Skalaen for hjertesvigt – NYHA-klasserne

Hjertet kan blive besværet eller påvirket i forskellige grader fra let til alvorlig. Symptomerne varierer tilsvarende og er med til at påvirke, hvordan du håndterer dagligdags aktiviteter fra 4.0 motion til indkøb og rengøring. I

nogle tilfælde kan hjertet være så svækket, at der er brug for hjælp fra venner, familie eller naboer.

Sværhedsgraden af hjertesvigt inddeles efter en skala, der hedder NYHA. Det står for New York Heart Association. Skalaen er inddelt i fire trin, som går fra lav til svær påvirkning.

Hent de 7 gode råd mod hjertesvigt her

NYHA I

Ingen fysisk begrænsning.

Almindelig fysisk aktivitet medfører ingen åndenød, træthed eller hjertebanken.

NYHA II

Let begrænsning i fysisk aktivitet.

Ingen gener i hvile, men almindelig fysisk aktivitet medfører nogen åndenød, træthed eller hjertebanken. De aktiviteter, der er tænkt på her, er at gå op ad trapper til 2. sals høj, at slå græs, at støvsuge og at bære tungere indkøb.

NYHA III

Udtalt begrænsning af fysisk aktivitet.

Ingen gener i hvile, men lettere fysisk aktivitet som fx en gåtur på flad vej, af- og påklædning og at tage trappen til 1. sal medfører mere udtalte symptomer.

NYHA IV

Symptomer kan være til stede i hvile og optræder ved enhver form for fysisk aktivitet.

Mistænker du, at du selv eller nogen, du kender, har hjertesvigt?

Det er vigtigt at gå til lægen for at sikre den rigtige diagnose og bedste 3.0 behandling – både ved let, moderat og naturligvis alvorligt hjertesvigt.

Tip

Brug symptomtjekkeren til at få overblik hjertesvigt – også hvis du er pårørende.

Læs mere om, hvordan lægen stiller diagnosen

Hjertet er en kompleks størrelse, og lægen skal udelukke mange forskellige forhold, for at kunne stille diagnosen hjertesvigt. Derfor kan det godt tage tid. Sådan stiller lægen diagnosen.

Se, hvordan du forbereder dit næste lægebesøg

Relateret indhold

Symptomerne på hjertesvigt

Forbered dit lægebesøg

Sådan stilles diagnosen

DK2206073904

Source URL: <https://www.novartis.com/dk-da/patienter-og-paaroerende/sygdomsomraader/hjertesvigt/symptomerne-paa-hjertesvigt>

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/patienter-og-paaroerende/sygdomsomraader/hjertesvigt/symptomerne-paa-hjertesvigt>
- <https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/patienter-og-paaroerende/sygdomsomraader/hjertesvigt/symptomer-og-diagnose/saadan-stilles-diagnosen>
- <https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/patienter-og-paaroerende/sygdomsomraader/hjertesvigt/symptomer-og-diagnose/forbered-dit-laegebesoeg>
- https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/sites/novartis_dk/files/Symptomcheckerinfographic_A4_DK1702586911%20%20.pdf
- <https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/patienter-og-paaroerende/sygdomsomraader/hjertesvigt/ordliste>
- <https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/det-vi-goer/sygdomsomraader/hjertesvigt/kost-og-motion-med-hjertesvigt>
- https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/sites/novartis_dk/files/hjertebalance-infografik.pdf
- <https://www.novartis.com/dk-da/dk-da/patienter-og-paaroerende/sygdomsomraader/hjertesvigt/tjeklister>