



→ WHAT IS CONGESTIVE HEART FAILURE?

Congestive heart failure (CHF) doesn't mean the heart has failed. It means the heart is not pumping well enough and can no longer meet the body's need for blood. This causes a backup of blood in the veins leading to the heart. It can cause the kidney to hold fluid. As a result, the body's tissues swell. The swelling most commonly affects the legs. It can also take place in the lungs, making it hard to breathe, and in other tissues and organs.

CHF can be the end point of a new kind of heart disease. Causes may include:

- Coronary artery disease
- High blood pressure
- Heart valve disorders (including rheumatic heart disease)
- Congenital heart disorders
- Cardiomyopathy
- Heart attack
- Cardiac arrhythmias (problems with the heart rate and/or rhythm)
- Exposure to toxins, including excessive alcohol

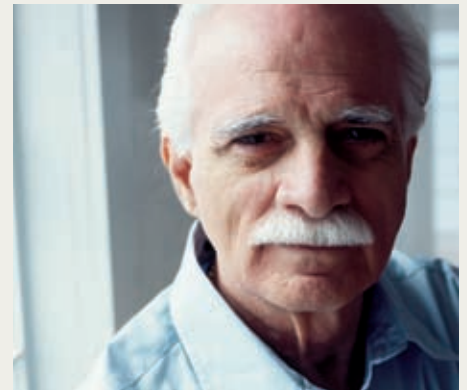
Diabetes and long-lasting lung problems can add to the risk of CHF.



In some people with CHF, the heart muscles get weaker and cannot pump as good. In others, the heart muscles get stiff and the heart cannot fill enough blood between heartbeats.

Symptoms

The first sign of congestive heart failure can be low energy. If the condition gets worse, there can be shortness of breath and wheezing. This can happen when you are resting. Fluid collects in the lungs so it would be good to sleep propped up with pillows. This will make breathing easier. Fluid can build up in the legs and ankles and cause swelling. In people less active, fluid can build up in the middle of the body. Some people need to urinate many times a night. The kidneys drain extra fluid that builds up in the lower body during the day. As the body builds more and more fluid, the person may see extra



major weight gain. There can be a chronic cough due to fluid gathered in the lungs.

CHF can affect both sides of the heart. In some it affects only the left or right side. In these cases, signs change depending on which side is affected. When heart failure affects mainly the left side of the heart, the signs are likely to mean breathing problems. When mainly the right side is affected, the main signs may be leg and abdominal swelling.

Diagnosis

Your PCP will check your medical history. He or she may ask how far you can walk without becoming short of breath, how many pillows you sleep on and how often you wake up at night to urinate.

Continued on next page



During your test, your PCP will check your blood pressure, temperature, heart rate and rhythm. Your PCP will also listen for unusual heart sounds. He or she will listen to your lungs for unusual breathing sounds that hint fluid is building in your lungs. Your PCP will press on the skin of your legs and ankles to check for swelling. He or she may feel your belly to check the size of your liver. (Fluid backup from the heart may cause liver swelling.)

Your PCP will look for swelling of the heart and fluid in the lungs. Other tests may be needed. A test called an echocardiogram may be done. It can also look for heart valve variations, unusual movement of the heart wall or other cardiac variations. The echocardiogram is an important test. It can tell if the heart muscles are weaker or stiff. The treatment for CHF can be different depending on the type of heart failure.

Expected duration

CHF can be a life condition. If the problem can be treated, congestive heart failure can go away.



Treatment

Your PCP will suggest a low-salt diet and medication. Medications may include:

- A water pill to remove excess body fluid by urinating more
- An angiotensin-converting enzyme inhibitor or angiotensin receptor blocker to expand blood vessels and improve forward blood flow
- A beta-blocker to help extend the life of muscle cells
- Digoxin to strengthen the heart's contractions
- A potassium sparing diuretic, such as spironolactone (sold as a generic), which has been shown to help people live longer when taken in low doses

Blood thinners may be prescribed to stop blood clots, if you need bed rest.

Your PCP will talk about the main problem of your CHF. Heart failure related to coronary artery problems may need more medications or surgery. When heart failure is caused by a poorly working heart valve, your PCP may suggest surgery and valve replacement. Losing weight or stopping alcohol use can help symptoms. Your PCP will tell you how much exercise is right for you. Balancing exercise with rest is important in later stages of heart failure.

When to call a professional

Call your PCP if you have any of the following signs, mainly if you already have been diagnosed with some form of heart disease:

- Very tired
- Hard time breathing
- Swelling of the ankles and legs
- Swelling of your abdomen
- Breathlessness

Prognosis

When CHF comes on suddenly, people sometimes can get back normal heart function after treatment. With the right treatment, even people who develop congestive heart failure as a result of long-standing heart disease often can enjoy a productive life.

Source: Aetna IntelliHealth



SCHALLER ANDERSON
An Aetna Company

Information in *Schaller Anderson's Pathway to CHF Care™* comes from a wide range of medical experts. If you have any concerns or questions about specific content that may affect your health, please contact your health care provider.



¿QUÉ ES INSUFICIENCIA CARDÍACA CONGESTIVA?

La insuficiencia cardíaca congestiva (CHF por sus siglas en inglés) no significa que el corazón ha fallado, sino que éste no está bombeando lo suficientemente bien y ya no puede satisfacer la necesidad de sangre del cuerpo. Esto causa un retraso de sangre en las venas que llegan al corazón. Esto puede causar que los riñones retengan fluido, y como resultado, los tejidos del cuerpo se hinchan. La hinchazón comúnmente afecta las piernas, pero también puede suceder en los pulmones, dificultando la respiración, además de afectar a otros tejidos y órganos del cuerpo.

La CHF puede ser el punto final de un nuevo tipo de enfermedad cardíaca. Las causas pueden incluir:

- Enfermedad arterial coronaria
- Presión arterial alta
- Trastornos de la válvula cardíaca (incluyendo la enfermedad reumática cardíaca)
- Trastornos cardíacos congénitos
- Cardiomiopatía
- Ataque cardíaco
- Arritmia cardíaca (problemas con la tasa y/o el ritmo cardíaco)
- Exposición a toxinas, incluyendo alcohol en exceso



La diabetes y los problemas pulmonares que duran mucho tiempo pueden agregar riesgos al CHF.

En algunas personas con CHF, los músculos cardíacos se debilitan y no pueden bombear sangre tan bien como lo hacían antes. En otras, los músculos cardíacos se endurecen y el corazón no puede llenarse con suficiente sangre entre cada latido.

Síntomas

La primera señal de insuficiencia cardíaca congestiva puede ser baja energía. Si la condición empeora, puede causar falta de aliento y resuello. Esto puede suceder mientras esté descansando. El fluido se queda rezagado en los pulmones, así que es buena idea dormir medio sentado apoyándose en varias almohadas. Esto hará que pueda respirar más fácilmente. El fluido puede acumularse en las piernas y los tobillos y causar hinchazón. En personas menos activas, el fluido se queda en la parte media del cuerpo.



Algunas personas necesitan orinar varias veces por la noche. Los riñones drenan fluido adicional que se acumula en la parte inferior del cuerpo durante el día. Mientras el cuerpo acumula más y más fluido, la persona puede ver que gana más peso. También puede presentarse una tos crónica debido al fluido acumulado en los pulmones.

La CHF puede afectar a ambos lados del corazón. En algunas personas afecta sólo el lado derecho o el izquierdo. En estos casos, las señas cambian, dependiendo del lado que es afectado. Cuando la falla cardíaca afecta principalmente al lado izquierdo del corazón, es muy probable que las señas se presenten como problemas respiratorios. Cuando el lado derecho es principalmente afectado, las señas pueden ser hinchazón abdominal y en las piernas.

[Vea la siguiente página](#)

Diagnóstico

Su PCP revisará su historial médico y sus señas. Él o ella puede preguntarle qué tan lejos puede caminar sin perder el aliento, sobre cuántas almohadas duerme usted, y qué tan frecuentemente se levanta por la noche a orinar.

Durante su visita, su PCP revisará su presión arterial y temperatura, así como la velocidad y el ritmo cardíaco. También escuchará para detectar sonidos inusuales del corazón, y ruidos respiratorios raros en sus pulmones, los cuales pueden indicar que en ellos se está acumulando fluido. Su PCP presionará la piel en sus piernas y tobillos para detectar hinchazón, y puede sentir su vientre para determinar el tamaño de su hígado, ya que el retraso de fluido del corazón puede causar que el hígado se hinche.

Su PCP buscará cualquier indicio de hinchazón en su corazón y fluido en sus pulmones. Se pueden requerir otras pruebas. Se le puede hacer una prueba llamada electrocardiograma, y también tratará de detectar variaciones en la válvula cardíaca, movimiento inusual del muro cardíaco u otras variaciones cardíacas. El electrocardiograma es una prueba importante, ya que puede indicar si los músculos del corazón se han debilitado o endurecido. El tratamiento para la insuficiencia cardíaca congestiva puede ser distinto, dependiendo del tipo de falla cardíaca.

Duración esperada

La CHF puede ser una condición de por vida. Si el problema puede ser tratado, la insuficiencia cardíaca congestiva puede desaparecer.

Tratamiento

El tratamiento está basado en menos síntomas y menos visitas al hospital. Para hacer esto, su PCP puede sugerir una dieta baja en sal y medicamentos, los cuales pueden incluir:

- Un diurético o "píldora de agua" para remover el fluido excesivo del cuerpo por medio de la orina



- Un inhibidor de la enzima convertidora de la angiotensina o bloqueador del receptor de la angiotensina para expandir los vasos sanguíneos y mejorar el flujo de la sangre
- Un beta bloqueador para ayudar a ampliar la vida de las células musculares
- Digoxina para fortalecer las contracciones cardíacas
- Un diurético ahorrador de potasio, como espironolactona (vendido como medicamento genérico), que ha mostrado ayudar a la gente a vivir más tiempo cuando se toma en dosis bajas

Se pueden prescribir adelgazantes de sangre para evitar la formación de coágulos en la sangre si usted necesita permanecer en cama.

Su PCP hablará sobre el problema principal de su CHF. La insuficiencia cardíaca relacionada con problemas arteriales coronarios puede necesitar más medicamentos o hasta cirugía. Cuando la insuficiencia cardíaca es causada por el mal funcionamiento de la válvula cardíaca, su PCP puede sugerir cirugía y el reemplazo de la válvula. Perder peso o dejar de beber alcohol puede ayudar con los síntomas. Su PCP le dirá cuánto ejercicio es el adecuado para usted. Balancear el ejercicio con descanso es importante en las últimas etapas de la insuficiencia congestiva.

Cuándo llamar a un profesional

Llame a su PCP si tiene alguna de las siguientes señas, especialmente si ya se le ha diagnosticado con algún tipo de enfermedad cardíaca:

- Mucho cansancio
- Dificultad respirando
- Hinchazón de los tobillos y las piernas
- Hinchazón del abdomen
- Falta de aliento

Pronóstico

Cuando la CHF aparece repentinamente, en algunos casos, las personas pueden regresar a la función cardíaca normal después de recibir tratamiento. Con el tratamiento correcto, aún las personas que desarrollan la insuficiencia cardíaca congestiva como resultado de una enfermedad cardíaca de largo tiempo, frecuentemente puede disfrutar una vida productiva.

Fuente: Aetna IntelliHealth



SCHALLER ANDERSON
An Aetna Company

La información en *Schaller Anderson's Pathway to CHF Care™* viene de una gran variedad de expertos médicos. Si usted tiene alguna preocupación o pregunta acerca del contenido, específicamente de algo que le puede afectar su salud, por favor contacte a su médico.