

# PENYEBAB

Gagal Jantung seringkali berkembang akibat adanya beberapa kondisi tertentu yang merusak atau melemahkan jantung, seperti :

1. Penyakit Arteri Koroner
2. Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)
3. Kerusakan Katup Jantung
4. Kerusakan Otot Jantung
5. Radang Otot Jantung
6. Kelainan Jantung Bawaan
7. Aritmia Jantung ( Irama Jantung Abnormal)
8. Penyakit kronis lainnya seperti diabetes, anemia berat, hipertiroidisme, emfisema, dan lupus
9. Adanya virus yang menyerang otot jantung, infeksi berat, reaksi alergi, pembekuan dara di paru-paru, penggunaan obat tertentu



**RSUD Dr. SOEGIRI**  
*-Semakin Baik-*

# PENCEGAHAN

Perubahan gaya hidup dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan gagal jantung, yaitu meliputi :

- Hindari merokok dan konsumsi alkohol
- Mengontrol kondisi tertentu, seperti tekanan darah tinggi (hipertensi), kadar lemak tinggi, dan diabetes
- Rutin olahraga
- Pola makan sehat
- Menjaga berat badan yang sehat
- Hindari stres

## Hubungi Kami :



0811-3206-3000



[www.rsudsoegiri.com](http://www.rsudsoegiri.com)



[rsudrsoegiri.lamongan@gmail.com](mailto:rsudrsoegiri.lamongan@gmail.com)



Jl. Kusuma Bangsa no.07, kec. Lamongan  
Kab. Lamongan



# Gagal Jantung

NOMOR : 445/13/PKRS/413.209/2023

Gagal Jantung (Heart Failure) merupakan suatu keadaan yang terjadi saat jantung gagal memompakan darah dalam jumlah yang memadai untuk mencukupi kebutuhan metabolisme.

## KLASIFIKASI

NYHA kelas 1 : tidak ada keterbatasan dari aktivitas fisik, aktivitas biasa tidak menimbulkan gejala.

NYHA kelas 2 : ada sedikit keterbatasan dari aktivitas fisik, lebih nyaman saat istirahat, aktivitas fisik sehari-hari dan menaiki tangga agak banyak menyebabkan lelah, berdebar-debar, dan sesak.

NYHA kelas 3 : adanya keterbatasan dari aktivitas fisik secara signifikan, lebih nyaman saat beristirahat, aktivitas fisik ringan dapat menyebabkan lelah, berdebar, dan sesak.

NYHA kelas 4 : tidak bisa melakukan aktivitas fisik dengan nyaman, timbul gejala gangguan jantung pada saat istirahat, bila beraktivitas, keluhan akan semakin berat.

(menurut *New York Heart Association*)

## PENATALAKSANAAN

### 1. Prinsip Umum Diet :

- Memberikan makanan yang rendah garam
- Mencapai dan mempertahankan berat badan normal
- Memenuhi kebutuhan energi
- Menurunkan kadar garam
- Mencegah peningkatan kadar garam dalam darah dan asupan cairan

### 2. Latihan Fisik

- Memilih pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan
- Menganjurkan melakukan aktivitas sesuai dengan kemampuan
- Menurunkan berat badan

3. Farmakologis (dengan obat-obatan) dan segera lakukan konsultasi dengan dokter

## Gejala dan Tanda

- ✓ Sesak
- ✓ Mudah Lelah
- ✓ Berkeringat banyak meskipun tidak beraktivitas berat
- ✓ Terbangun di malam hari karena sesak
- ✓ Nyeri dada
- ✓ Bengkak di Kaki
- ✓ Ketidaknyamanan di perut atas bagian kanan

“

**Sayangi  
Jantung  
Anda**

”

