

# BÖLÜM 20

## YAŞLIDA KARDİYOVASKÜLER SİSTEM SORUNLARINDA DESTEK BAKIM

Halise TAŞKIN DUMAN<sup>1</sup>

Günümüzde yaşam koşulları ve teknolojideki olumlu gelişmelerle birlikte, erken tanı ve tedavi olanaklarının artmasına bağlı olarak tüm dünyada ve ülkemizde yaşlı nüfus oranı ve beklenen yaşam süresi artmıştır. Ülkemizde 2019 Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre 65 yaş üstü nüfus oranı %9.1'e (7 milyon 550 bin 727 kişi) yükselmiştir. Yaşlı nüfus oranının artması ile birlikte bireylerde sistem hastalıkları görülme sıklığı da artmaktadır. Bu nedenle sağlık profesyonellerinin ve bakım vericilerin, yaşlı bireylerde görülen hastalıklara yönelik belirti ve bulguların tanınmasında, gerekli destek ve bakım verilmesinde ve yaşam kalitelerinin artırılmasında önemli rolleri vardır. Bu bölümde kardiyovasküler sisteme yönelik sorunlar ve destek bakım konularına yer verilmiştir.

### YAŞLIDA KARDİYOVASKÜLER SİSTEM DEĞİŞİKLİKLERİ

Dünyada ve ülkemizde yaşlı bireylerin ölüm nedenleri arasında kardiyovasküler hastalıklar birinci sırada yer almaktadır. Yaşlanma süreci ile birlikte tüm sistemlerde olduğu gibi kardiyovasküler sistem yapı ve fonksiyonlarında da değişiklikler meydana gelmektedir. Damarların yapısal ve işlevsel değişiklikleri yaşam boyunca artarak kardiyovasküler sistem hastalıklarının gelişmesiyle sonuçlanır. Yaşlanmayla birlikte kalp kası hücreleri azalır, kalp kasında hipertrofi oluşur, sol ventrikül duvar kalınlığı artar, ventrikül diyastolik fonksiyonları bozulur, kardiyak output azalır, ileti sisteminde değişiklikler meydana gelir. Yaşlı bireylerde sıklıkla görülen kardiyovasküler sistem hastalıkları;

<sup>1</sup> Öğr. Gör., Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, htaskin@mu.edu.tr

- Bacak venlerindeki gereksiz basıncı azaltmaya yönelik olarak kilo kontrolünü sağlaması,
- Tayt, sıkı kemer, sıkı bandajları olan diz üstü, uyluk üstü çoraplar gibi sıkı giyeceklerden sakınması,
- Sıcak banyo ve sıcak ortamlardan kaçınması önerilir.

## KAYNAKLAR

1. Akın, S., Özdiilli, K. (2020). Mıyokart İnfarktüsü. Zehra Durna (Ed.), İç Hastalıkları Hemşireliği Uygulama Rehberi içinde (4. Basım., s. 63-73). İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri
2. Arnett, DK, Blumenthal R.S, Albert MA, Buroker, et al. 2019 ACC/AHA Guideline on the Primary Prevention of Cardiovascular Disease: Executive Summary: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. 2019;140 (11), 563-595. Doi:10.1161/CIR.0000000000000677
3. Balkanay OO, Ömeroğlu SN. Yaşlılarda periferik arter hastalığına yaklaşım. Turk Kardiyol Dern Ars, 2017;45(5), 96-101. Doi: 10.5543/tkda.2017.08444
4. Bakan, G (2019). Kalp Yetersizliği ve Bakım Yönetimi. Serap Özer (Ed.), Olgu Senaryolarıyla İç Hastalıkları Hemşireliği içinde (s.101-122). İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevleri
5. Başgöz BB, Cintosun Ü, Taşçı İ. Periferik Arter Hastalığı ve Kalp. Türkiye Klinikleri Cardiology-Special Topics. 2017; 10(3), 173-177
6. Bell, SP, Orr NM, Dodson, JA, et al. What to expect from the evolving field of geriatric cardiology. Journal of the American College of Cardiology. 2015;66(11),1286-1299. Doi: 10.1016/j.jacc.2015.07.048
7. Boydak B. Yaşlı hastalarda kardiyak rehabilitasyon. Turk Kardiyol Dern Ars. 2017;45(5),117-119. Doi: 10.5543/tkda.2017.53988
8. Doğu Kökçü Ö, Kutlu Ö. Kardiyovasküler Sistem Hastalıklarında Manevi Bakım. Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi. 2020;36 (1): 53-59
9. Erdiñler DS, Avcı S. Kardiyovasküler hastalığı olan yaşlıda beslenme. Turk Kardiyol Dern Ars. 2017;45(5), 113-116. Doi: 10.5543/tkda.2017.70430
10. Enç N, Alkan HÖ. Yaşlı kardiyovasküler hastalarda hemşirelik yaklaşımı. Turk Kardiyol Dern Ars. 2017;45(5), 120-123. Doi: 10.5543/tkda.2017.92147
11. Gorlicki J, Minka FH, Chouihed T, et al. Low compliance to guidelines in the management of acute heart failure in emergency elderly patients: a multicenter pilot prospective study. European Journal of Emergency Medicine, 2019;26(5), 379-380. DOI: 10.1097/MEJ.0000000000000593
12. Gorodeski EZ, Goyal P, Hummel SL, et al. Domain management approach to heart failure in the geriatric patient: present and future. Journal of the American College of Cardiology, 2018;71(17),1921-1936. Doi:10.1016/j.jacc.2018.02.059

13. Kızıltan B, Berber E. Kardiyovasküler Hastalıklarda Ağız Sağlığının Önemi, Hemşirenin Rolü ve Bireyselleştirilmiş Hemşirelik Bakımı. *Turk J Cardiovasc Nurs.* 2019;10(23),145-153. Doi: 10.5543/khd.2019.74046
14. Karadakovan, A. (2014). Yaşlı Sağlığı ve Bakım. Ankara: Akademisyen Kitabevi
15. Kumsar AK, Yılmaz FT. Kardiyovasküler Hastalıklar Risk Faktörlerinden Korunmada Hemşirenin Rolü. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2017;2(4), 18-27. Doi: 10.26453/otjhs.338014
16. Özerkan Çakan F. Yaşlılarda hipertansiyon. *Turk Kardiyol Dern Ars.* 2017;45(5),29-31. Doi:10.5543/tkda.2017.95554
17. Paneni F, Canestro CD, Libby P, et al. The aging cardiovascular system: understanding it at the cellular and clinical levels. *Journal of the American College of Cardiology.* 2017;69(15),1952-1967. Doi: 10.1016/j.jacc.2017.01.064
18. Riegel B, Moser DK, Buck HG, et al. Self-care for the prevention and management of cardiovascular disease and stroke:A scientific statement for healthcare professionals from the American Heart Association. *Journal of the American Heart Association.* 2017;6(9),1-27. Doi: 10.1161/JAHA.117.006997
19. Uysal H. Kardiyovasküler hastalıklarda tamamlayıcı ve alternatif tıp konusunda güncel yaklaşımlar. *Journal of Cardiovascular Nursing.* 2016;7(2), 69-83. Doi: 10.5543/khd.2016.44227
20. Öztürk A, Özenç S, CanmeMİŞ S, ve ark. Yaşlılık Döneminde Koruyucu Sağlık Bakımı. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care.* 2016;10(1), 34-41. Doi: 10.5455/tjfm.196181
21. TÜİK (2019). Yıllara, yaş grubu ve cinsiyete göre nüfus 2019 (20.08.2020 tarihinde <http://tuik.gov.tr/UstMenu.do?metod=temelist> adresinden ulaşılmıştır)
22. Türk G, Eşer İ. Standart Hemşirelik Bakımının Yaşlı Bireylerde Ortostatik Hipotansiyon Gelişimine Etkisi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 2016;32(2), 85-96.
23. Ünver, V (2019). Hipertansiyon ve Bakım Yönetimi. Serap Özer (Ed.), *Olgu Senaryolarıyla İç Hastalıkları Hemşireliği içinde* (s.123-140). İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevleri
24. Vural Doğru, B (2019). Koroner Arter Hastalıkları ve Bakım Yönetimi. Serap Özer (Ed.), *Olgu Senaryolarıyla İç Hastalıkları Hemşireliği içinde* (s. 83-100). İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevleri
25. Yeşil H, Eyigör S. Yaşlılarda fizik aktivite ve hastalıklara etkisi–I. *Ege Tıp Dergisi.* 2015;54,22-28
26. Yeşilbursa D. Yaşlılarda kalp yetersizliğine yaklaşım. *Turk Kardiyol Dern Ars.* 2017; 45(5) 42-46. Doi: 10.5543/tkda.2017.15750
27. Yurtsever, S. (2019). Kalp Hastalıkları ve Hemşirelik Bakımı. Tülin Bedük (Ed.), *İç Hastalıkları Hemşireliği Akıl Notları içinde* (s.129-144). Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri
28. Zoghi M, Kış M. Türkiye’de yaşlı hastalarla ilgili çalışmalar ve sonuçları. *Turk Kardiyol Dern Ars.* 2017;45(5), 143-146. Doi: 10.5543/tkda.2017.67909