lek. med. Janusz Gągała

kod: 6BZXKD97EXCL

janusz.gagala.mp.pl

specjalista chorób wewnętrznych

NZOZ "MEDIVITA" s.c.
Poradnia POZ
ul. Warszawska 100
08-500 Ryki
tel. 81 866 79 30

ZALECENIA LEKARSKIE:

kardiologia

Choroba wieńcowa – zawał serca

Co to jest zawał serca?

Chorobę wieńcową, zwaną też chorobą niedokrwienną serca, powoduje zwężenie tętnic doprowadzających krew do mięśnia sercowego (tzw. tętnic wieńcowych). Przyczyną zwężenia jest blaszka miażdżycowa, zbudowana głównie z cholesterolu, wyrastająca ze ściany tętnicy w kierunku jej światła.

Blaszka miażdżycowa może się rozwijać w tętnicy przez wiele lat, nawet od dzieciństwa. Wraz z jej narastaniem mniej krwi napływa do mięśnia sercowego, co powoduje jego niedokrwienie i niedotlenienie, objawiające się bólami za mostkiem podczas wysiłku.

Jeśli blaszka miażdżycowa nagle pęknie, tworzy się wokół niej skrzeplina, czyli zakrzep, który może zamknąć naczynie i całkowicie zablokować napływ krwi do mięśnia sercowego. Wówczas komórki mięśnia sercowego, zaopatrywane wcześniej przez zamkniętą obecnie tętnicę, umierają i dochodzi do martwicy serca, zwanej zawałem. Im dłużej tętnica jest zamknięta, tym większy obszar mięśnia sercowego umiera.

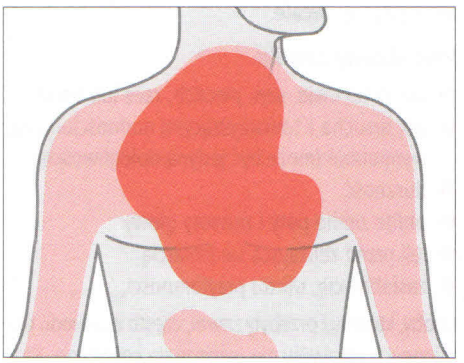
Czasem do zawału serca dochodzi, mimo że blaszka miażdżycowa nie pęka, ale rosnąc przez długi czas, doprowadza do dużego zwężenia naczynia.

więcej na www.mp.pl

Czy jesteś zagrożony zawałem?

Czynniki ryzyka, którym nie możesz zapobiec

- wiek >45 lat u mężczyzn i >55 lat u kobiet
- rozpoznana wcześniej choroba niedokrwienna serca (w tym zawał, bajpasy, angioplastyka i stentowanie tętnic wieńcowych), a także przebycie udaru mózgu lub miażdżyca tętnic innych niż wieńcowe, jak np. kończyn dolnych lub dogłowowych



Ryc. 1. Ból wieńcowy

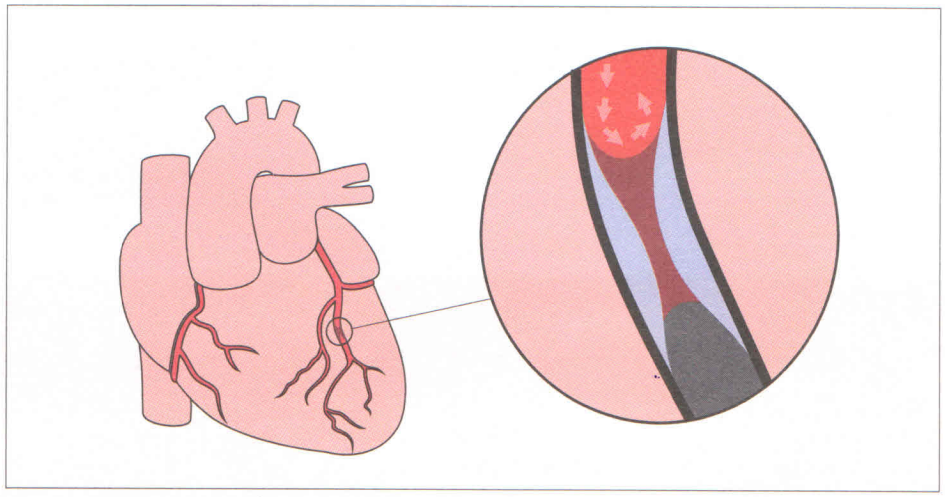
- przedwczesne występowanie chorób serca w rodzinie – u brata lub ojca przed 55. rokiem życia, u siostry lub matki przed 65. rokiem życia.

Czynniki ryzyka, na które możesz wpłynąć

- palenie papierosów
- nadciśnienie tętnicze
- cukrzyca
- duże stężenie cholesterolu we krwi
- nadwaga i otyłość
- brak aktywności fizycznej
- nieprawidłowe odżywianie
- nadużywanie alkoholu.

Im więcej takich czynników rozpoznasz, tym ryzyko wystąpienia zawału jest większe.

więcej na www.mp.pl



Ryc. 2. Zwężenie tętnicy doprowadzającej krew do mięśnia sercowego

Jak rozpoznać zawał?

Najczęstsze objawy zawału

- ból (zwykle bardzo silny)
- pieczenie
- ucisk.

Objawy te lokalizują się zwykle za mostkiem. Chory odczuwa je na większym obszarze – często wskazuje miejsce bólu, przykładając pięść do mostka.

Ból na ogół trwa ponad 20 minut; może się utrzymywać stale lub ustępować i nawracać wielokrotnie.

U osób w starszym wieku lub chorujących na cukrzycę ból może być mniej charakterystyczny albo nie występuje wcale.

Inne objawy zawału

- ból w żuchwie, szyi, plecach, ręce lub barku
- ból brzucha z towarzyszącymi nudnościami lub wymiotami (może być jedyną dolegliwością)
- duszność
- obfite zimne poty i zawroty głowy
- lęk przed zbliżającą się śmiercią
- zasłabnięcie, utrata przytomności.

Osoby, które już przebyły zawał, często z powodu odmiennych objawów nie rozpoznają kolejnego. Każdy zawał może mieć inne objawy.

Jak należy postępować w przypadku zawału?

Zamknięcie tętnicy wieńcowej lub jej bardzo ciasne zwężenie powoduje, że mięsień sercowy umiera. Im dłużej tętnica jest zamknięta, tym większy obszar mięśnia sercowego ulegnie martwicy i tym bardziej ograniczona będzie jego czynność. W pierwszej godzinie zawału, pod wpływem niedokrwienia, dochodzi (obok martwicy serca) do zagrażających życiu zaburzeń rytmu serca, takich jak migotanie komór.

Jeśli podejrzewasz zawał u siebie lub u kogoś z otoczenia, niezwłocznie zadzwoń pod numer telefonu ratunkowego, nawet jeśli nie jesteś pewien rozpoznania.

Im wcześniej rozpocznie się leczenie zawału, tym więcej mięśnia sercowego można uratować. Najlepsze rokowania mają pacjenci, u których leczenie rozpoczęto w ciągu pierwszej godziny od początku objawów. Dlatego nie zwlekaj z wzywaniem pomocy – z powodu opieszałości połowa chorych z zawałem serca umiera przed przyjęciem do szpitala.

Jeśli lekarz wcześniej przepisał Ci nitroglicerynę i poinstruował o sposobie jej przyjmowania, możesz ją zażyć. Jeśli mimo tego ból nie ustąpi w ciągu 5 minut lub nawraca, niezwłocznie zadzwoń po karetkę pogotowia. Zapamiętaj numery telefonu ratunkowego: w Polsce 999 lub 112, w Europie 112.

Nie próbuj leczyć zawału serca samodzielnie, ponieważ opóźnia to rozpoczęcie właściwego leczenia.

Wezwij karetkę

- już w karetce można rozpocząć leczenie
- w czasie drogi do szpitala serce może przestać pracować, jest to tzw. zatrzymanie krążenia; tylko personel karetki posiada odpowiednie wyposażenie, aby przywrócić serce do pracy
- ratownik już w czasie transportu kontaktuje się z personelem szpitala, który może się przygotować do natychmiastowego wdrożenia leczenia zawału serca.

Jak możesz zapobiegać zawałowi serca?

- nie pal
- jeśli chorujesz na nadciśnienie tętnicze i/lub hipercholesterolemię, zadbaj o prawidłowe leczenie
- jeśli masz nadwagę lub jesteś otyły, podejmij działania w celu zmniejszenia wagi
- zwiększ swoją aktywność fizyczną
- zachowaj umiar w spożywaniu alkoholu
- stosuj się do zaleceń lekarskich.

Jakie leki stosuje się po zawale?

Jeśli jesteś po zawale, to do końca życia będziesz prawdopodobnie przyjmował: kwas acetylosalicylowy, statynę, inhibitor konwertazy angiotensyny lub β-bloker. Zaleci Ci je lekarz po wykluczeniu ewentualnych przeciwwskazań.

Zapamiętaj

1) Na zawał chorują zarówno kobiety, jak i mężczyźni, i tak samo często umierają z jego powodu.

2) Ryzyko zawału jest największe u osób, u których występują czynniki ryzyka: palenie papierosów, nadciśnienie tętnicze, zwiększone stężenie cholesterolu, cukrzyca, nadwaga i otyłość, brak aktywności fizycznej, nieprawidłowe odżywianie, nadużywanie alkoholu.

3) Zawał objawia się najczęściej bólem, pieczeniem lub uciskiem za mostkiem, ale u niektórych osób objawy są nietypowe i mogą być różne przy kolejnych zawałach.

4) Jeżeli podejrzewasz zawał serca u siebie lub u kogoś z otoczenia, niezwłocznie zadzwoń na pogotowie.

5) Zadzwoń na pogotowie, nawet jeśli nie jesteś pewien, czy Twoje dolegliwości są objawem zawału.

6) Zapamiętaj numer pogotowia ratunkowego: **w Polsce 999 lub 112, w Europie 112.**

7) Jeśli podejrzewasz zawał serca, nie lecz się sam, ale jak najszybciej – najpóźniej w ciągu 5 minut od początku objawów – zadzwoń na pogotowie.

8) Wystarczająco szybko rozpoczęte leczenie zawału może ocalić Twoje serce.

więcej na www.mp.pl

Wraz z Twoim lekarzem zapraszamy do portalu Medycyny Praktycznej **mp.pl**, gdzie znajdziesz popularnonaukowe informacje przygotowane dla pacjentów przez najwybitniejszych ekspertów z całej Polski, dowiesz się więcej o swoich lekach, wymienisz opinie z innymi chorymi, będziesz mógł zamieścić podziękowania dla swojego lekarza.
Medycyna Praktyczna, instytucja założona przez lekarzy w 1990 roku, jest wiodącym wydawcą literatury fachowej i centrum szkolenia lekarzy. 99% lekarzy wykorzystuje publikacje MP przy podejmowaniu decyzji diagnostycznych i terapeutycznych.
Materiał opublikowany na niniejszej karcie ma charakter edukacyjny i zawiera ogólne wiadomości o chorobie oraz postępowaniu w niej. Nie stanowi on porady lekarskiej, opinii, orzeczenia lub informacji o stanie zdrowia określonego pacjenta w rozumieniu Ustawy z dnia 5 grudnia 1996 r. o zawodach lekarza i lekarza dentysty.
Materiał reklamowy opublikowany na niniejszej karcie nie stanowi zalecenia lub poparcia jakiegokolwiek produktu przez lekarza korzystającego z karty.

medycyna praktyczna

REKLAMA