



# SRČNI INFARKT

Katja Lah

## 1. *Kako pogost je srčni infarkt?*

To je bolezen razvitega sveta. Za Slovenijo ni natančnih epidemioloških podatkov. Po virih Inštituta za varovanje zdravja je bilo v letu 1997 v slovenske bolnišnice zaradi koronarnih bolezni sprejetih 7.940 bolnikov, od tega 29 % zaradi srčnega infarkta. V istem letu je zaradi koronarne bolezni umrlo 2.273 bolnikov, od tega 53 % zaradi srčnega infarkta. Po oceni Inštituta za varovanje zdravja iz leta 2005 je v Sloveniji letno vsaj 4.000 bolnikov s srčnim infarktom.

## 2. *Kaj povzroči nastanek srčnega infarkta?*

Dejavniki tveganja, na katere ne moremo vplivati, so: spol (pogostejši je pri moških), starost (pogostost narašča z leti) in pojavljanje v družini. Najpogostejši dejavniki tveganja, na katere lahko vplivamo, so: visok krvni tlak, zvišane maščobe v krvi (holesterol, trigliceridi), sladkorna bolezen, kajenje, debelost, telesna nedejavnost, stres. Te dejavnike tveganja lahko združimo na skupnem imenovalcu: nezdrav način življenja.

## 3. *Kako se srčni infarkt kaže?*

Pomanjkanje kisika v srčni mišici se čuti kot bolečina v prsnem košu. Tipično je prisotna bolečina na levi strani prsnega koša in je po značaju tiščoča, pekoča ali stiskajoča. Bolečina se lahko širi v vrat, levo roko ali trebuh. Je neodvisna od dihanja in premikanja. Ob tem je prisotno tudi dušenje, slabost in hladen pot. Nekateri bolniki tudi bruhamo. Znak za infarkt je zelo močna bolečina, ki ne preneha in je prisotna tudi v mirovanju. Takšno bolečino doživi okoli 80 % bolnikov z infarktom, pri ostalih 20 % pa je bolečina atipična ali celo odsotna – to je predvsem značilno za sladkorne bolnike, starejše ljudi in ženske. Ti bolniki imajo predvsem težave v smislu dušenja in slabosti. Ob hudem poteku z zapleti lahko bolnik izgubi zavest.

Pred razvojem popolne zapore žile se lahko javlja občasna bolečina v prsnem košu, ki jo imenujemo angina pectoris (v prevodu to pomeni prav prsna bolečina). Za to bolečino je značilno, da se pojavi predvsem ob naporu, ko srce potrebuje več kisika, in v mirovanju poneha.

## 4. *Kako postavimo diagnozo?*

Med osnovne ukrepe sodita kratka anamneza (zbiranje podatkov) in pregled bolnika. Izmeri se krvni tlak, srčni utrip, hitrost dihanja. Čim prej je potrebno posneti elektrokardiogram (EKG), če je le na voljo. Ta preiskava je ključnega pomena za zdravljenje. Pri nejasnem elektrokardiogramu lahko določimo srčne encime s pomočjo laboratorijskih preiskav in opravimo urgentni ultrazvok srca, vendar pa diagnostične preiskave ne smejo povzročiti zamika pri zdravljenju.



## **5. Kako poteka zdravljenje?**

Zdravljenje poteka zelo hitro. Ko se s pomočjo elektrokardiograma potrdi diagnoza, se takoj začne dodajati kisik z obrazno masko, vzpostavi se intravenska pot (v žilo) za dodajanje zdravil, nekatera zdravila pa se lahko dajejo tudi v obliki tablet (acetilsalicilna kislina) in spreja (nitroglicerina). Bolnik je prepeljan v bolnišnico. Velja, da mora biti bolnik kar najhitreje prepeljan v bolnišnico, kjer izvajajo perkutano transluminalno koronarno angioplastiko (PTCA) – to je poseg ponovnega odprtja zamašene žile, kjer izurjen kardiolog s pomočjo posebnih katetrov pod nadzorom rentgenskega aparata strdek v žili predre in če je potrebno v žilo vstavi tudi opornico. Pomembno je, da se PTCA opravi čim prej po nastanku težav (do 6 ur), saj je pozneje škoda na srcu že nepopravljiva. Bolnik, pri katerem zdravljenje poteka brez zapletov, nato še nekaj dni leži v bolnišnici, kjer opravijo preiskave za ocenitev stanja (ultrazvok srca, obremenitveno testiranje s spremljanjem elektrokardiograma), ter začne z rehabilitacijo. Predpišejo se mu tudi zdravila, ki jih mora redno jemati (za redčenje krvi, za kontrolo krvnega tlaka in srčnega utripa). Bolnik, pri katerem so med zdravljenjem prisotni zapleti, do ureditve stanja ostane v intenzivni enoti.

## **6. Kako bolezen poteka?**

Srčni infarkt lahko ob hitrem zdravljenju mine brez hujših zapletov in bolnik se lahko – razen jemanja zdravil in postopne rehabilitacije – razmeroma hitro vrne v ustaljen ritem življenja. Seveda je zelo zaželeno, da se čim bolj posveti zdravemu načinu življenja. Lahko pa je poškodba srca tako huda, da ostanejo težave, tako da je potrebno izogibanje težjemu naporu. Vendar vedno velja, da je primerna telesna dejavnost potrebna. Bolnik, pri katerem je zdravljenje potekalo brez zapletov, se lahko že po 14 dneh vrne k svojim rednim dnevnim dejavnostim. V najhujših primerih je poškodba mišice ob zapori žile tako huda, da bolnik umre. Zelo nevarne so tudi motnje srčnega utripa, ki se lahko pojavijo med srčnim infarktom in prav tako vodijo v srčni zastoj.

## **7. Kako poteka spremljanje bolnika s srčnim infarktom?**

Kontrole so odvisne od tega, kakšne posledice je srčni infarkt pustil na srcu. Po končani rehabilitaciji se glede na uspeh zastavi nadaljnje spremljanje in zdravljenje bolnika. Potrebne so redne kontrole dejavnikov tveganja: krvnega tlaka, krvnega sladkorja in maščob.

## **8. Kako si lahko pri srčnem infarktu pomagata sami?**

Pomembno je, da se znaki akutnega miokardnega infarkta prepoznajo in da se takoj pokliče usposobljeno reševalno ekipo (na številko 112). Ravno neprepoznavanje znakov je največkrat krivo za prepozen klic in s tem zmanjšane možnosti uspešnega zdravljenja. Kadar bolnik izgubi zavest, je potrebno preveriti ali diha. Če ne diha, takoj po klicu na številko 112 začnemo z masažo srca (močni pritiski z dlanmi na sredini prsnega koša, s hitrostjo 100-krat na minuto – prsni koš se naj pri odraslem ob pritisku ugrezne za 4-5 centimetrov). Masiramo, dokler ne pride pomoč.



### ***9. Kako srčni infarkt vpliva na vaše življenje?***

Pri poteku s hitrim zdravljenjem brez zapletov je povprečno trajanje zdravljenja v bolnišnici pet dni. Bolnike čaka nato še rehabilitacija v zdravilišču. Po koncu rehabilitacije je bolnik ponovno zmožen delati. Bolnik, pri katerem je zdravljenje potekalo brez zapletov, se lahko že po 14 dnevih vrne k svojim rednim dnevnim dejavnostim. Potrebno je redno jemanje zdravil za zniževanje srčnega tlaka in utripa ter jemanje acetilsalicilne kisline (»redčenje krvi«), nujne so redne kontrole krvnega tlaka in kontrole pri osebnem zdravniku in kardiologu. Ob zapletih se zdravljenje ustrezno podaljša.

### ***10. Ali in kako lahko nastanek srčnega infarkta preprečite?***

Vsekakor so ljudje, ki živijo nezdravo stresno življenje z nezdravimi razvadami, bistveno bolj izpostavljeni kot tisti, ki živijo zdravo. Potrebno je prenehanje kajenja in pitja alkohola, zdrava prehrana z veliko sadja in zelenjave, redna telesna dejavnost, redno jemanje predpisanih zdravil za zniževanje krvnega tlaka, krvnega sladkorja in maščob v krvi.