


BŪTINA ŽINOTI!



Išeminė širdies liga
Miokardo infarktas



IŠEMINĖ ŠIRDIES LIGA

Išeminė širdies liga – tai širdies raumens funkcijos sutrikimas, atsiradęs dėl sumažėjusio širdies raumens aprūpinimo krauju. Pagrindinė jos priežastis yra širdies raumenį maitinančių vainikinių arterijų aterosklerozė.

PAPLITIMAS

Kiekvienais metais pasaulyje nuo širdies ir kraujagyslių ligų miršta apie 16,7 mln. žmonių [1].

Europos ligoninėse, kuriose taikomi šiuolaikiniai gydymo metodai, mirštamumas nuo ūminio miokardo infarkto yra ~ 6–8 % [2; 3].



Lietuvoje kas antras žmogus miršta nuo kraujotakos sistemos ligų. Daugiau kaip 7 tūkstančiai sergančių miokardo infarktu pacientų kasmet gydomi Lietuvos ligoninėse. Kiekvieną dieną miokardo infarktas Lietuvoje ištinka apie 20 žmonių, 3 iš jų miršta [4].

Pastaruoju metu miokardo infarktu suserga vis daugiau jaunų žmonių – daugėja pacientų vos perkopusių 30 metų.

1. World Health Organization, Cardiovascular disease: prevention and control 2009.

2. European Heart Journal (2010) 31, 2580–2582.

3. European Heart Journal (2002) 23, 1177–1189.

4. Lietuvos sveikatos informacijos centras 2011.

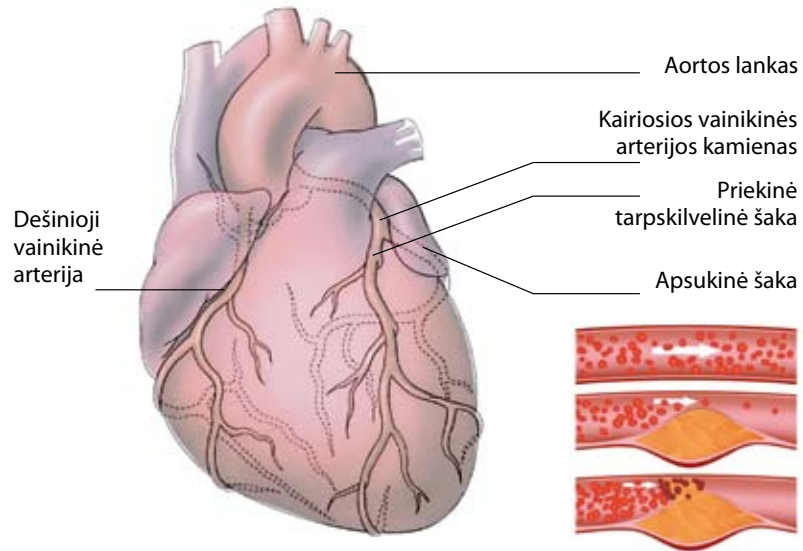
RIZIKOS VEIKSNIAI

- rūkymas;
- padidėjusi cholesterolio koncentracija kraujyje;
- padidėjęs kraujospūdis;
- nutukimas;
- cukrinis diabetas;
- nejudra;
- stresas;
- paveldėtas polinkis sirgti širdies ligomis;
- vyriškoji lytis;
- vyresnis amžius.

ŠIRDIES IR VAINIKINIŲ ARTERIJŲ ANATOMIJA

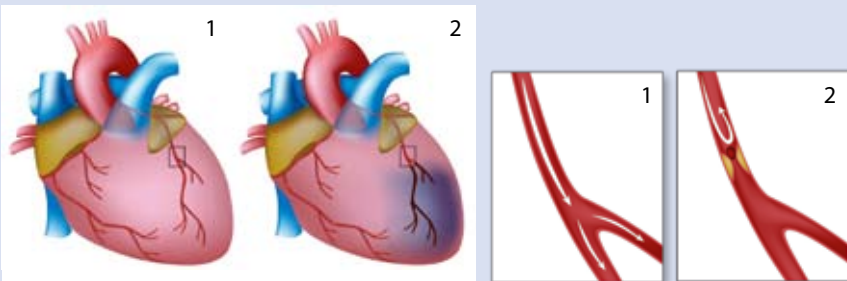
Širdis yra pagrindinė širdies ir kraujagyslių sudėtingos sistemos dalis. Stiprus širdies raumuo pumpuoja kraują kraujagyslėmis po visą kūną, todėl širdies raumeniui yra būtinas geras aprūpinimas deguonimi ir maisto medžiagomis. Širdies raumuo yra maitinamas iš vainikinių arterijų, kurios atsišakoja iš aortos. Vainikinės arterijos yra širdies paviršiuje – jos apgaubia išorinį širdies paviršių tarsi vainiku, dalijasi į smulkias šakeles ir taip aprūpina visą širdies raumenį krauju.

Vainikinių arterijų sienelėje susidarant aterosklerozinei plokštei, jų spindis pamažu siaurėja, gali pasireikšti **krūtinės angina (stabilioji)**. Po fizinio krūvio, nervinės įtampos yra spaudžiamojo, gniaužiamojo pobūdžio skausmas, sunkumas jaučiamas už krūtinkaulio arba šalia jo, dažniau kairėje pusėje, gali plisti į kairę ranką, į kairįjį petį, tęsiasi iki 5–10 min., greitai praeina pavartojus glicerolio trinitrato (nitroglicerolio), ilsintis.



Įtrūkus aterosklerozinei plokštei, ties ja susidaro krešulys (trombas), kuris iš dalies užkemša vainikinės arterijos spindį. Atsiranda **nestabilioji krūtinės angina** (priešinfarktinė būklė) – minėti skausmai gali prasidėti ramybės metu, tęsiasi daugiau kaip 20 min. arba pradeda vis dažniau kartotis, ilgiau užtrunka, užėina nuo mažesnio fizinio krūvio. Jei trombas visiškai užkemša vainikinės arterijos spindį, įvyksta **miokardo infarktas** – staigi širdies raumens (miokardo) tam tikros dalies mirtis (nekrozė).

KLINIKINIAI MIOKARDO INFARKTO POŽYMIAI



- 1** Staigus stiprus skausmas už krūtinkaulio, kuris pasireiškia sunkumu, gnaužimu, plėšimu arba spaudimu. Skausmas trunka ilgiau nei 20 minučių. Kartais skausmo stiprumas būna banguojantis. Gali prasidėti naktį, paryčiu. Glicerolio trinitratas (nitroglicerolis) nepadeda, skausmas nerimsta.
- 2** Skausmas gali plisti į visą krūtinę, kairę ranką, kaklą, žandikaulį, nugarą, kairės mentės ir tarpumentės sritį. Retais atvejais plinta į dešinę ranką, duobutę po krūtinkauliu, dantis, pakaušį.
- 3 Kiti požymiai:** silpnumas, nerimas, dusulys, prakaitavimas, mirties baimė, sąmonės netekimas, pykinimas, vėmimas, širdies plakimas.

KUR KREIPTIS ĮTARUS MIOKARDO INFARKTĄ?

Ištikus miokardo infarktui labai svarbu kuo greičiau kreiptis į gydytojus, nes susirgus galima staigioji mirtis, uždelsus negrįžtamai miršta širdies raumuo.

Miokardo infarktas gydomas tik ligoninėje!

Svarbu kuo skubiau kviesti greitąją medicinos pagalbą ir kreiptis į ligoninę, kad būtų galima išsaugoti kuo daugiau gyvybingo širdies raumens.

Pirmosios 6 valandos įvykus infarktui – pačios svarbiausios. Jei per tą laiką medikams pavyksta atkurti sutrikusią širdies raumens kraujotaką, mirštamumas nuo infarkto nesiekia kelių procentų.

Deja, maždaug du trečdaliai pacientų pagalbos kreipiasi per vėlai. Jeigu vainikinė arterija neatveriamą laiku – arba trombą tirpdančiais vaistais, arba specialiu balionėliu per kateterį – dalis širdies raumens apmiršta, visam laikui lieka širdies raumens randas. Vėliau širdis išsiplečia ir prasideda širdies nepakankamumas. Liga gali kartotis: pažeidžiamos vis naujos kraujagyslės, gali varginti krūtinės angina, gręsti pakartotinis infarktas, ištikti staigioji mirtis.



Bendrasis pagalbos telefonas



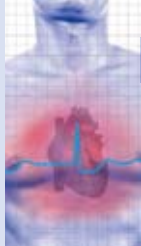
Greitoji pagalba



Bite GSM, Tele2



Omnitel



MIOKARDO INFARKTO GYDYMAS

Taikomi gydymo metodai, padedantys suardyti, ištirpdyti vainikinę arteriją užkimšusį trombą (krešulį):

- a** tabletėmis skiriama aspirino ir kitų į jį panašių vaistų, slopinančių kraujo trombocitų sulipimą ir mažinančių trombus susidarymą. Lašinama antitrombozinių, t. y. mažinančių kraujo krešėjimą, vaistų (heparino ir į jį panašių).;
- b** į veną lašinama vaistų, tirpdančių trombus (atliekama vadinamoji trombolizė)
- c** arba operaciniėje atliekama vainikinių arterijų praplėtimo specialiu balionėliu procedūra, kartu implantuojami ir arterijų plėtikliai – stentai, neleidžiantys pažeistai kraujagyslei užsidaryti;
- d** jeigu atliekant vainikinių arterijų angiografiją nustatomas ne vienos, o visų vainikinių arterijų pažeidimas ir jų negalima praplėsti balionėliu, pacientas ruošiamas širdies operacijai. Jos metu atveriamas krūtinės ląsta ir suformuojamos nuosruvos.

Jeigu, įvykus miokardo infarktui, kelių valandų laikotarpiu pavyksta atverti vainikinę arteriją, pažeistos širdies ląstelės ir širdies raumuo gali išlikti gyvybingi. Deja, delsiant širdies raumens ląstelės miršta, infarkto srityje lieka negyvybingas randinis audinys, mažėja širdies raumens susitraukimo jėga, atsiranda širdies nepakankamumas.

PIRMOJI PAGALBA, IŠTIKUS MIOKARDO INFARKTUI, IR JO GYDYMAS

Pirmoji pagalba namuose

Atsiradus miokardo infarkto simptomams:

- 1** Sučiulpiama arba sukramtoma 160–325 mg aspirino (neaptraukto skrandį saugančia plėvele).
- 2** Sučiulpiama glicerolio trinitrato (nitroglicerolio) tabletė (0,5 mg po liežuviu kas 5 min. iki 3 dozių) arba purškiamas jo aerozolis kas 5 min. iki 3 dozių.
- 3** Nedelsiant kviečiama greitoji medicinos pagalba. Nepatariama vykti į ligoninę savo transportu, juolab vairuoti automobilį pačiam.

Kodėl reikalinga skubi pagalba susirgus miokardo infarktu?

- 1** Išgelbėti nuo galimos staigiosios mirties.
- 2** Svarbu išsaugoti širdies raumenį nuo prasidėjusio infarkto, mažinant ampirstančio širdies raumens plotą.



Susiaurėjusi vainikinė arterija



Vainikinė arterija po išplėtimo ir stento implantavimo

ATSIŽVELGIANT Į LIGOS POBŪDĮ, SKIRIAMA TAM TIKRŲ VAISTŲ

- **Kraujo krešėjimą slopinantys vaistai** skiriami persirgus nestabiliąja krūtinės angina, miokardo infarktu. Tam, kad nesusidarytų trombai, vien aspirino dažniausiai nepakanka, todėl rekomenduojami du kraują skystinantys vaistai iki 12 mėnesių arba trumpiau pagal gydytojo rekomendacijas. Vėliau nuolatinais vartoti skiriamas vienas aspirinas.
- **Beta adrenoblokatoriai** – šie vaistai ne tik retina pulsą ir mažina kraujospūdį, bet ir apsaugo nuo pakartotinio miokardo infarkto ir staigiosios mirties. Todėl sakome, kad po miokardo infarkto juos reikia vartoti nuolatos.
- **Angiotenziną konvertuojančio fermento slopikliai (inhibitoriai)** ir panašūs į juos angiotenzino receptorių blokatoriai sergant išemine širdies liga skiriami taip pat nuolatos. Jie ne tik mažina kraujospūdį, bet ir stabdo kairiojo skilvelio išsiplėtimą, ypač persirgus miokardo infarktu.




- **Statina** – ne tik tiesiogiai mažina cholesterolio koncentraciją kraujyje, bet kartu slopina vainikinių arterijų sienelės uždegimą, stabdo aterosklerozinių plokštelių didėjimą. Paveikus šiais vaistais, arterijų sienelės aterosklerozinės plokštelės pasidaro stabilesnės, mažiau plyšta. Toks poveikis sukiamas, jei statinai vartojami ne mažiau kaip kelerius metus. Sergant krūtinės angina ir persirgus miokardo infarktu, „blogą“ mažo tankio lipoproteinų (MTL) cholesterolio koncentraciją reikia sumažinti mažiau nei 1,8 mmol/l.

Labai svarbu – nenutraukti rekomenduotų medikamentų vartojimo, nepasitarus su gydytoju.




KAIP IŠVENGTI MIOKARDO INFARKTO

Norint išvengti išeminės širdies ligos ir miokardo infarkto, **reikia šalinti ir mažinti rizikos veiksnius**, skatinančius aterosklerozės atsiradimą:

1. Nerūkyti.
2. Mankštintis mažiausiai 30-60 min. per dieną.
3. Mityba ir svoris kontroliuojamas taip, kad KMI (svorio (kg) ir ūgio (m²) santykis) būtų mažesnis kaip 25 ir juosmens apimtis vyrams mažesnė kaip 94 cm, moterims – mažesnė kaip 80 cm.
4. Nevartoti sūraus maisto, mažinti riebalų kiekį, valgyti daugiau vaisių, daržovių ir žuvų, vartoti omega 3 riebalų rūgščių preparatus.
5. Patariama dietinė mityba ir gydymas statinais, siekiant sumažinti MTL cholesterolio koncentraciją mažiau nei 2,5 mmol/l (labai didelės rizikos pacientams – mažiau nei 1,8 mmol/l).
6. Rekomenduojama keisti gyvenimą ir skirti vaistų, kad arterinis kraujospūdis būtų < 130/80 mmHg.
7. Sergantiesiems cukriniu diabetu patiriamas tinkamas jo gydymas, kad glikozilinto hemoglobino (HbA1C) būtų mažiau nei 6,5 %.

Data	MEDIKAMENTAI	 Rytas	 Diena	 Vakaras

Šiame vaistų vartojimo plane parašyta arba gydytojo žodžiu pateikta informacija neįpareigoja paciento pasirinkti konkretaus prekinio pavadinimo vaisto.

Data	MEDIKAMENTAI	 Rytas	 Diena	 Vakaras

Šiame vaistų vartojimo plane parašyta arba gydytojo žodžiu pateikta informacija neįpareigoja paciento pasirinkti konkretaus prekinio pavadinimo vaisto.



Informaciją parengė
dr. Olivija Gustienė

Leidinį remia „UAB AstraZeneca Lietuva“.

