

Καρδιακή Ασθένεια – πως μπορούν να σας βοηθήσουν οι διάφορες αγωγές Heart disease – how treatments can help

Οι υγιείς αρτηρίες μεταφέρουν ένα συνεχή εφοδιασμό αίματος στην καρδιά σας. Χωρίς αυτό το αίμα η καρδιά σας δε μπορεί να λειτουργήσει κανονικά. Αλλά μερικές φορές οι αρτηρίες στενεύουν πολύ και αυτό μπορεί να προκαλέσει καρδιακή ασθένεια.

Γιατί στενεύουν οι αρτηρίες;

Με την πάροδο του χρόνου μια λιπαρή ουσία που ονομάζεται ‘πλάκα’ μπορεί να συσσωρευτεί μέσα στο αρτηριακό τοίχωμα μπλοκάροντας τις αρτηρίες με αποτέλεσμα να πηγαίνει λιγότερο αίμα στην καρδιά.

Τι συμβαίνει όταν στενεύουν οι αρτηρίες;

Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε στηθάγχη ή καρδιακή προσβολή.

- Η στηθάγχη παρουσιάζεται όταν η καρδιά δεν λαβαίνει αρκετό αίμα. Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν πίεση στο στήθος, σφίξιμο του στήθους και πόνο στο χέρι. Μερικές φορές επίσης μερικά άτομα ιδρώνουν ή αισθάνονται ναυτία. Αυτά τα συμπτώματα σημαίνουν ότι μάλλον κάτι πρέπει να είναι λάθος με την καρδιά τους και χρειάζονται ιατρική βοήθεια το δυνατό συντομότερο. Η στηθάγχη δεν είναι το ίδιο όπως η καρδιακή προσβολή, αλλά μπορεί να αυξήσει το κίνδυνο να πάθει κάποιος.
- Η καρδιακή προσβολή συμβαίνει όταν ένας θρόμβος σχηματίζεται σε μια αρτηρία που ήδη έχει στενέψει από πλάκα και αυτή σταματά το αίμα να πηγαίνει στην καρδιά. Αν ο εφοδιασμός του αίματος σταματήσει αρκετά μπορεί να προκαλέσει μόνιμη ζημιά στην καρδιά. Αν κάποιο άτομο πάθει καρδιακή προσβολή όσο πιο γρήγορα πάνε στο νοσοκομείο τόσο μειώνουν τη ζημιά στο μυόνα της καρδιάς.

Τι είδους αγωγές υπάρχουν;

Τα νοσοκομεία χρησιμοποιούν αγωγές για να ανοίγουν μπλοκαρισμένες αρτηρίες. Αν η αρτηρία μπορεί να ξεμπλοκαριστεί γρήγορα, θα υποστεί λιγότερη ζημιά η καρδιά σας. Ο γιατρός σας θα κανονίσει να κάνετε μια ειδική ακτινογραφία που ονομάζεται αγγειόγραμμα για να δει που και πόσο άσχημα έχουν μπλοκαριστεί οι αρτηρίες. Μετά ο γιατρός σας θα σας συμβουλευτεί τι είδους αγωγή χρειάζεται να κάνετε. Μερικά άτομα που πάσχουν από στηθάγχη μπορεί να χρειαστούν μόνο φαρμακευτική αγωγή. Αλλά αν είχατε πάθει καρδιακή προσβολή θα χρειαστείτε φάρμακα και μια αγγειοσκοπική ή εγχείρηση.

Φάρμακα

- Μπορούν να βοηθήσουν να διαλύσουν τους θρόμβους που μπλοκάρουν τις αρτηρίες
- Μπορούν να κάνουν το αίμα πιο αραιό χαμηλώνοντας έτσι τον κίνδυνο καρδιακής προσβολής ή ή οξεία προσβολή
- Μπορούν να χαμηλώσουν την υψηλή πίεση αίματος
- Μπορούν να χαμηλώσουν την χοληστερόλη. Είναι μια από τις αιτίες των μπλοκαρισμένων αρτηριών.
- Μπορούν να ανακουφίσουν τα συμπτώματα στηθάγχης
- Μπορούν να βοηθήσουν να επουλώσουν τους μύς της καρδιάς, αν είχαν πάθει ζημιά.

Αγγειοπλαστική

Αυτή η απλή εγχείρηση βελτιώνει την ροή του αίματος στην καρδιά με το να ευρύνει την αρτηρία. Μπορεί να γίνει με τοπική αναισθησία. Απαιτεί μόνο μια σύντομη παραμονή στο νοσοκομείο. Ο γιατρός ευρύνει την αρτηρία με το να τοποθετήσει ένα ειδικό μπαλόνι στη μπλοκαρισμένη αρτηρία. Από τη στιγμή που το μπαλόνι είναι στην αρτηρία, ο γιατρός το φουσκώνει πριν το αφαιρέσει. Αυτό ευρύνει την αρτηρία. Μετά ο γιατρός τοποθετεί ένα μεταλλικό σωλήνα (που ονομάζεται 'stent') στην διευρυμένη αρτηρία. Αυτός ο σωλήνας μένει στην αρτηρία για να την κρατήσει ανοικτή.

Εγχείρηση παράκαμψης (bypass)

Αυτή η εγχείρηση επιτρέπει με άλλον τρόπο την ροή του αίματος στην καρδιά. Ο γιατρός 'δανείζεται' μια άλλη αρτηρία από το σώμα του ατόμου (από το στήθος, πόδι ή χέρι). Αυτή η υγιής αρτηρία τότε συνδέεται στη μπλοκαρισμένη αρτηρία ώστε να μπορεί να μεταφέρει αίμα γύρω από το μπλοκάρισμα και στην καρδιά. Αυτή η εγχείρηση απαιτεί γενική αναισθησία και μακρύτερη παραμονή στο νοσοκομείο. Όπως με την αγγειοπλαστική και αυτή η εγχείρηση είναι συνήθως ασφαλής και επιτυχημένη.

Τι άλλο είναι σημαντικό;

Υγιείς συνήθειες. Οι μπλοκαρισμένες αρτηρίες συνήθως συμβαίνουν από πράγματα που μπορούμε να ελέγξουμε, όπως κάπνισμα, διαίτα και αδράνεια. Είναι σημαντικό να:

- Σταματήσετε το κάπνισμα. Το κάπνισμα κάνει ζημιά και εξασθενεί τα αρτηριακά τοιχώματα.
- Αποφεύγετε τα κεκορεσμένα λίπη – λίπος που βρίσκεται σε λιπαρό κρέας, σε πλήρη γαλακτοκομικά προϊόντα, βούτυρο, βούτυρο ghee, στερεό λίπος μαγειρέματος, τηγανιτά takeaway γεύματα και πολλά μπισκότα, κέικ και πίτες από μαγαζιά.
- Να είστε δραστήριοι. Τακτική σωματική δραστηριότητα όπως το περπάτημα είναι καλή για την καρδιά. Αν έχετε υποστεί καρδιακή προσβολή, ο γιατρός σας θα σας παραπέμψει σε ένα πρόγραμμα για να μάθετε καλούς τρόπους εξάσκησης και για να διαχειριστείτε την κατάσταση της καρδιάς σας.

Αν δε μιλάτε καλά αγγλικά και χρειάζεστε βοήθεια από το τηλέφωνο, τηλεφωνήστε στην Υπηρεσία Μεταφραστών και Διερμηνέων (TIS) στο 131 450.

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες για την υγεία στα ελληνικά στην Πολυπολιτιστική ιστοσελίδα Πληροφοριών στο <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

Οι αριθμοί τηλεφώνων είναι σωστοί κατά τη διάρκεια έκδοσης του παρόντος αλλά δεν αλλάζουν συνέχεια. Μπορεί να χρειαστεί να ελέγξετε τους αριθμούς στον τηλεφωνικό κατάλογο.