

Infarkt srca

(infarkt miokarda)



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



KAKO NASTAJE INFARKT MIOKARDA

Srčane krvne žile su arterije koje opskrbljuju srčani mišić

Ako dođe do naglog smanjenja, odnosno prekida protoka krvi, odumire jedan dio srčanog mišića – nastaje infarkt miokarda.

Uzrok tome može biti ateroskleroza koja sužava krvnu žilu.

Faktori rizika su:

- povišen krvni tlak,
- povišene masnoće,
- pušenje,
- šećerna bolest,
- Debljina
- životna dob,
- Spol
- obiteljsko nasljeđe.

SIMPTOMI INFARKTA SRCA

Najčešći simptom - **bol u grudima** (jakog intenziteta, stiskajuća i razdiruća

Bol je uglavnom lokalizirana iza prsne kosti, često se širi u ruke, rjeđe u gornji dio trbuha, leđa, donju čeljust i vrat.

Ostali simptomi:

- gušenje, znojenje, mučnina, povraćanje, strah

Trajanje napada boli: obično traju i više od 30 minuta.

Oko 15 - 20% infarkta javlja se bez bolova. Najčešće kod osoba koje pojačano konzumiraju alkohol i kod bolesnika sa šećernom bolešću. Razlog odsustva bola je oštećenje živca koji bol prenosi od srca do mozga.

NAJBOLJE MJERE PREVENCIJE

Postoje primarna i sekundarna prevencija.

Primarna prevencija - prevenira nastanak koronarne bolesti, time i infarkta miokarda.

Uklanjanje rizičnih faktora koji dovode do nastanka ateroskleroze

Sekundarna prevencija - sprečava pogoršanje već postojeće koronarne bolesti (*angine pectoris*, nastanak ponovnog infarkta i...)

PREVENCIJA ATEROSKLEROZE

VAŽNO!!!

Provoditi prevenciju ateroskleroze.

Aterosklerotske promjene se mogu naći na krvnim žilama već u drugom desetljeću života, pa prevencija mora započeti prije nego što se posumnja na koronarnu bolest i doživi srčani udar.

Preventivno se može djelomično utjecati:

- promjenom stila života i navika (pušenje, prehrana)
- pravovremenim i adekvatnim liječenjem povišenog krvnog tlaka i
- pravovremenim i adekvatnim liječenjem šećerne bolesti.

SAMI MOŽEMO...

Izabrati zdrav način življenja.

Pravilne prehrabene navike

Održavati normalnu tjelesnu težinu

Održavati normalne vrijednosti masnoće u krvi koliko je moguće (genetski uzroci)

Održavati krvni tlak na normalnoj razini

Svakodnevno se baviti nekom tjelesnom aktivnosti.

Ne pušiti

Dobro kontrolirati i liječiti eventualne popratne bolesti



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

VAŽNOST PREVENTIVE

Preventiva ne samo da produljuje život nego i znatno doprinosi njegovoj kvaliteti.



Europska unija
"Zajedno do fondova EU"



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



*Izrada materijala sufinancirana je sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda,
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali 2014.-2020.*

Sadržaj emitiranog materijala isključiva je odgovornost

Koordinacije hrvatske obiteljske medicine