

# Poznej srdeční infarkt

## CO SE DĚJE?

Při srdečním infarktu dochází k odumření části srdečního svalu v důsledku uzávěru některé z věnčitých tepen, které zásobují srdce. Většinou je uzávěr způsoben krevní sraženinou v místě, kde je tepna zúžená aterosklerotickým plátem. Infarkt je VŽDY závažný stav, může srdce trvale poškodit nebo způsobit smrt.

## JAK POZNÁME SRDEČNÍ INFARKT?

### PŘÍZNAKY:

- ✓ bolest na prsou za hrudní kostí (typicky tupá, svíravá, tlačivá, palčivá)
- ✓ dušnost
- ✓ bolest horní části břicha
- ✓ pocit na zvracení
- ✓ úzkost
- ✓ studený pot
- ✓ únava
- ✓ závratě
- ✓ pocit na omdlení
- ✓ bolest vyzařující do dolní čelisti, levé paže nebo mezi lopatky

**POZOR!** U **ŽEN** mohou být příznaky méně nápadné než u **MUŽŮ**.

## CO DĚLAT?

Nepodcenit situaci, co nejrychleji zavolat 155 a poslouchat pokyny operátora linky – zásadní je transport do kardiocentra, kde lékaři obnoví normální průtok v postižené věnčité tepně pomocí katetrizace.

## JAK PŘEDCHÁZET INFARKTU NEBO JEHO OPAKOVÁNÍ?

Nemůžete ovlivnit svůj věk, pohlaví ani dědičnou výbavu, ale můžete:

- ✓ nekouřit
- ✓ zhubnout, máte-li nadváhu nebo obezitu
- ✓ více se hýbat (aspoň 30 minut svižné chůze denně)
- ✓ chodit na preventivní prohlídky k praktickému lékaři
- ✓ důsledně si léčit cukrovku, vysoký krevní tlak a vysoký cholesterol v krvi
- ✓ jíst pestrou stravu s dostatkem ovoce a zeleniny

## JAKÉ HODNOTY LDL CHOLESTEROLU BYSTE MĚLI MÍT?

Hodnoty u běžné (zdravé) populace	Hodnoty při vysokém srdečně-cévním riziku	Hodnoty při velmi vysokém srdečně-cévním riziku
< 3 mmol/l	< 1,8 mmol/l a současně snížení LDL cholesterolu o nejméně 50 % hodnot před léčbou	< 1,4 mmol/l a současně snížení LDL cholesterolu o nejméně 50 % hodnot před léčbou

### VYSVĚTLIVKY:

**Nizké riziko:** běžná, „zdravá“ populace

**Vysoké riziko:** osoby s vysokými hodnotami cholesterolu nebo krevního tlaku, pacienti s familiární hypercholesterolemií, pacienti s diabetem trvajícím déle než 10 let, osoby s poruchami funkce ledvin  
**Velmi vysoké riziko:** osoby, které už proděly infarkt nebo mrtvici, mají komplikace spojené s cukrovkou atd.

## DALŠÍ DŮLEŽITÉ HODNOTY, KTERÉ BYSTE MĚLI ZNÁT:

Cukr v krvi nalačno	Normální krevní tlak	Normální obvod pasu
3,9–5,6 mmol/l	120–140/80–90 mm Hg	do 88 cm u žen, do 102 cm u mužů



[www.diagnozafh.cz](http://www.diagnozafh.cz)  
[www.facebook.com/diagnozaFH](https://www.facebook.com/diagnozaFH)



ČESKÁ SPOLEČNOST  
PRO ATEROSKLERÓZU



PROJEKT MEDPEP  
MAYE EARLY DIAGNOSIS  
PREVENT EARLY DEATHS