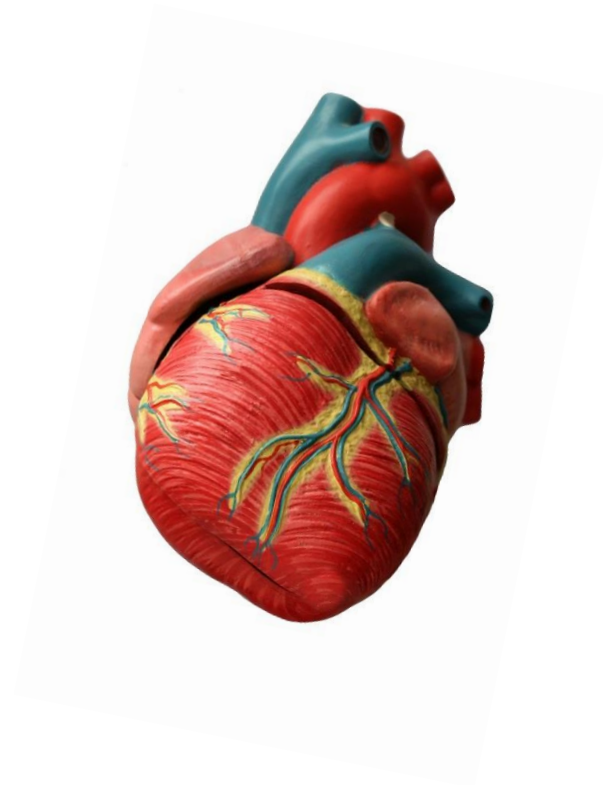


Velkommen til hjerteskoole

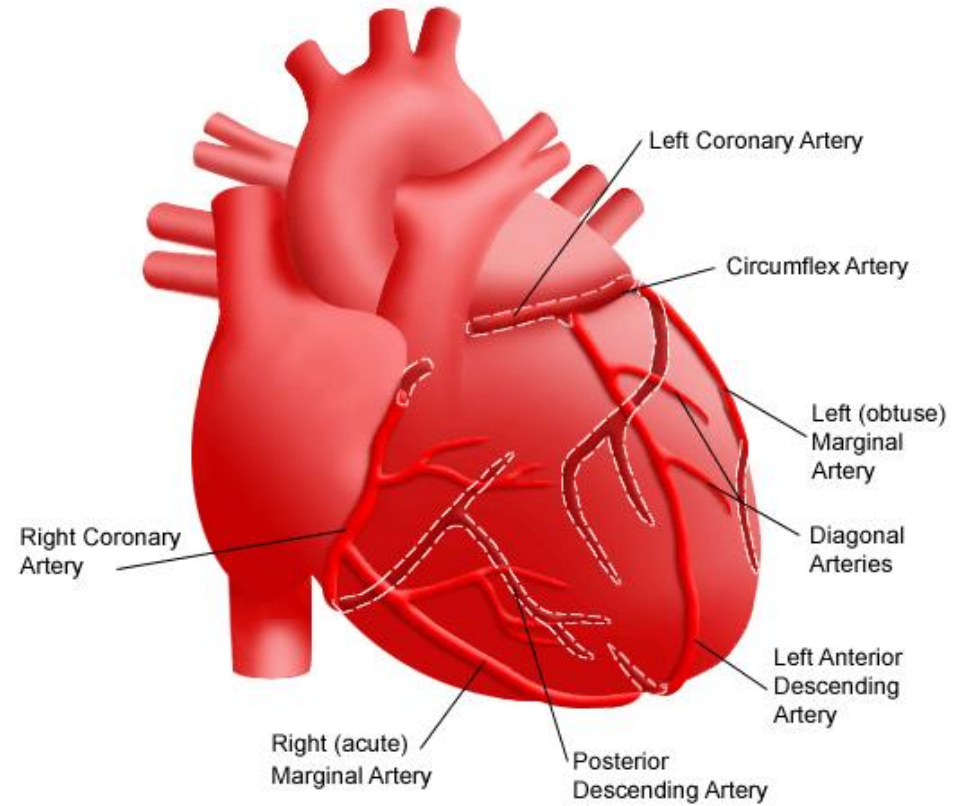
Vi skal i dag ta for oss følgende temaer:

- Hjertesykdom
 - Angina pectoris
 - Hjerteinfarkt
- Risikofaktorer
 - Røyking
 - Høyt kolesterol
 - Høyt blodtrykk
 - Diabetes
- Medisinering

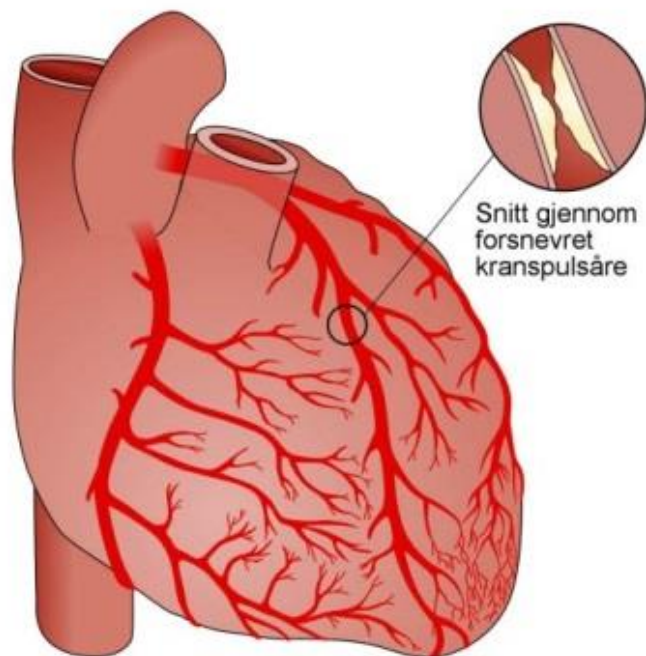


Kransårer

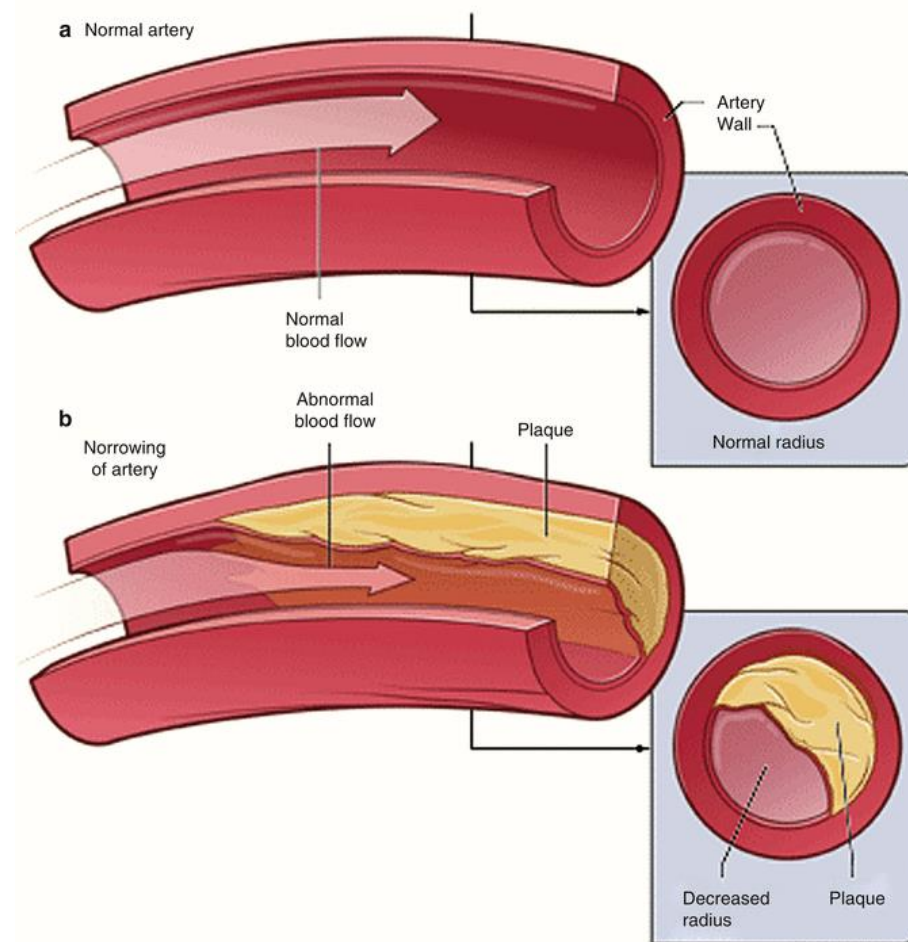
Coronary Arteries of the Heart

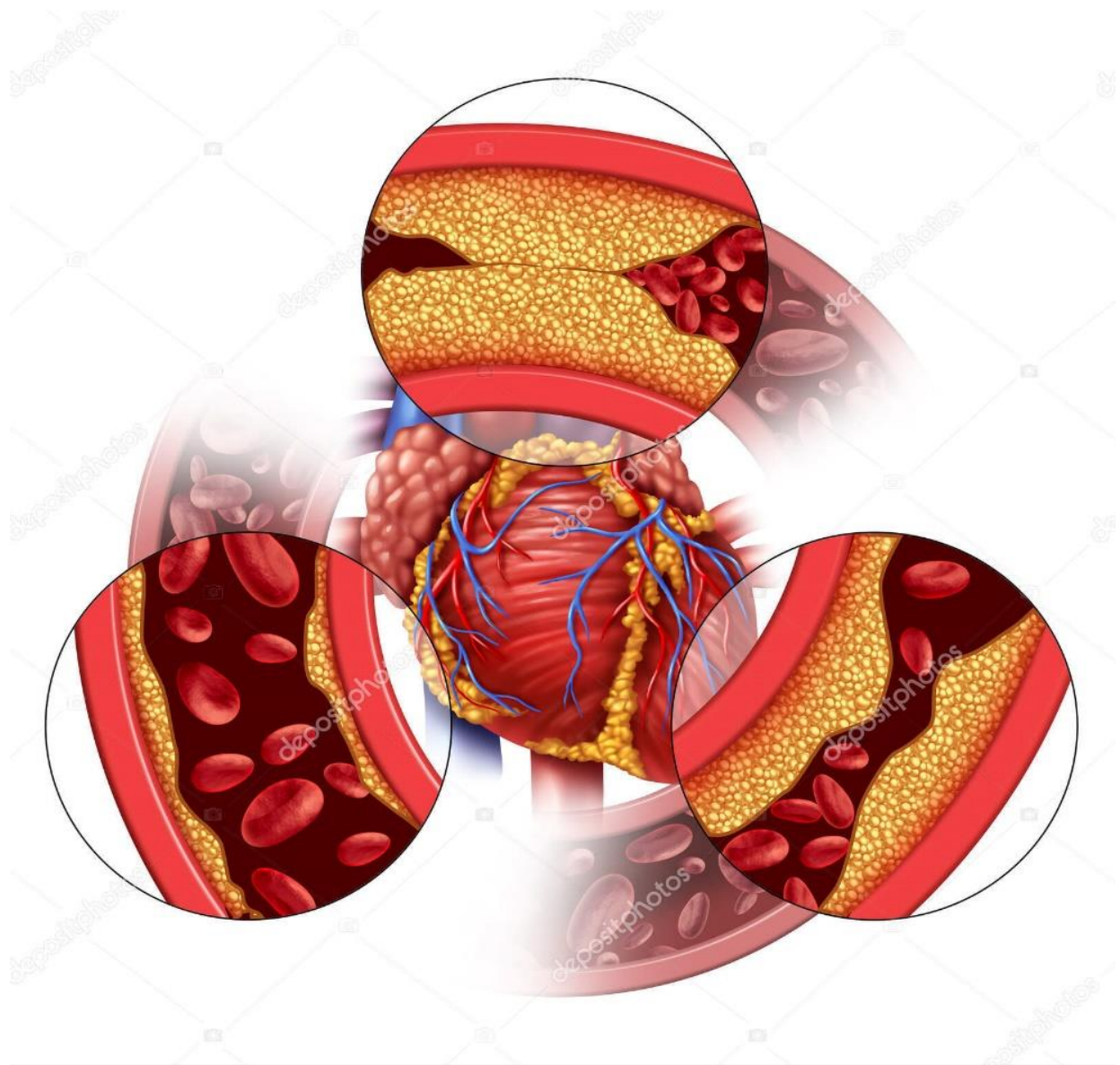


Aterosklerose



Utvikling av plakk





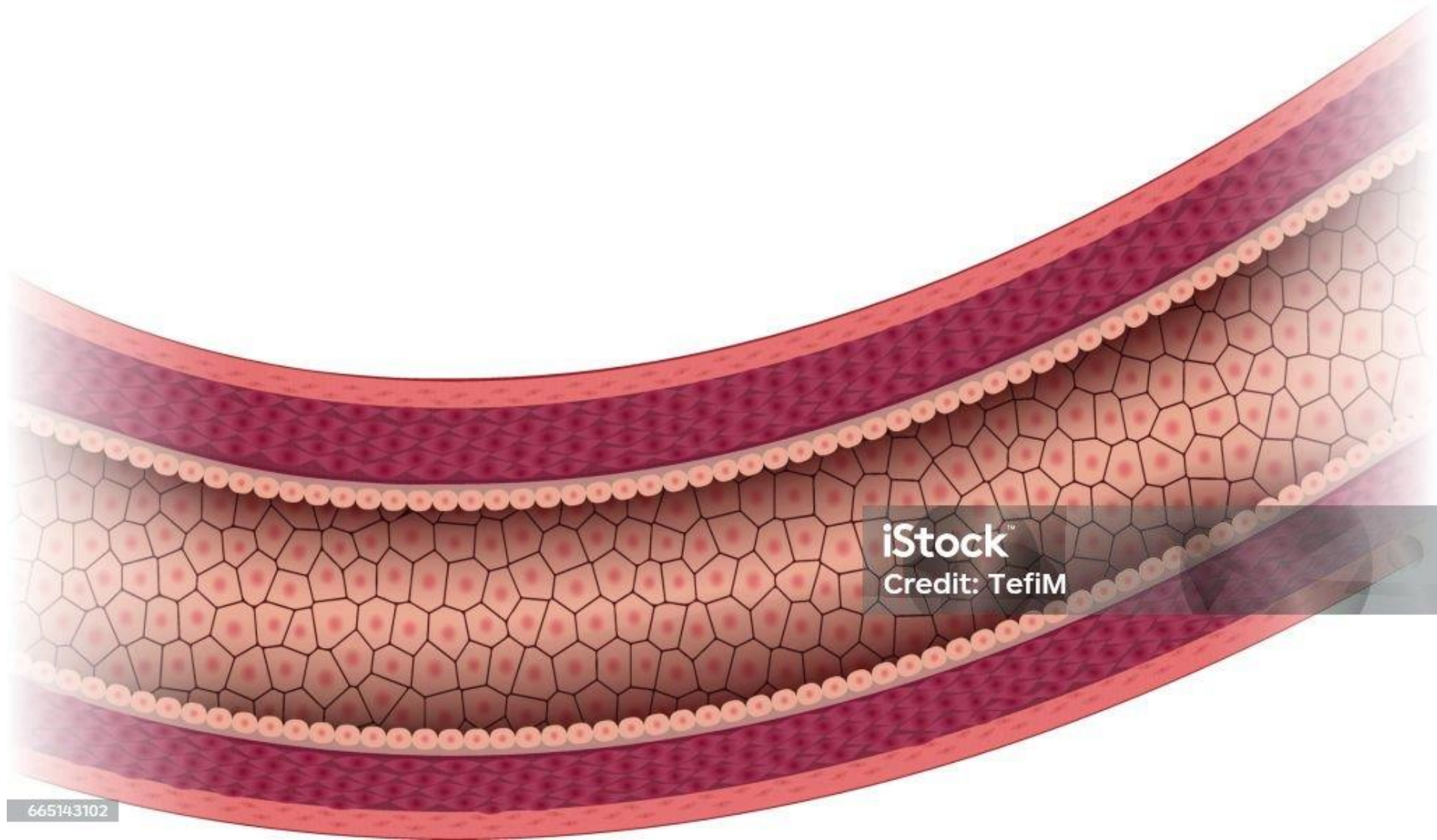
Risikofaktorer for aterosklerose (åreforkalkning)

- Arv
- Alder
- Røyk
- Høyt blodtrykk
- Diabetes
- Høyt kolesterol

(fedme/inaktivitet)

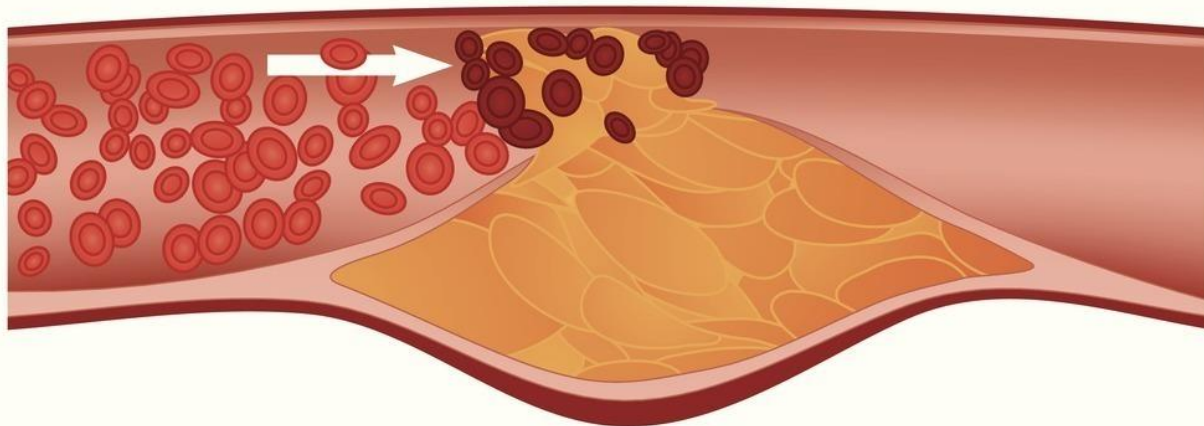
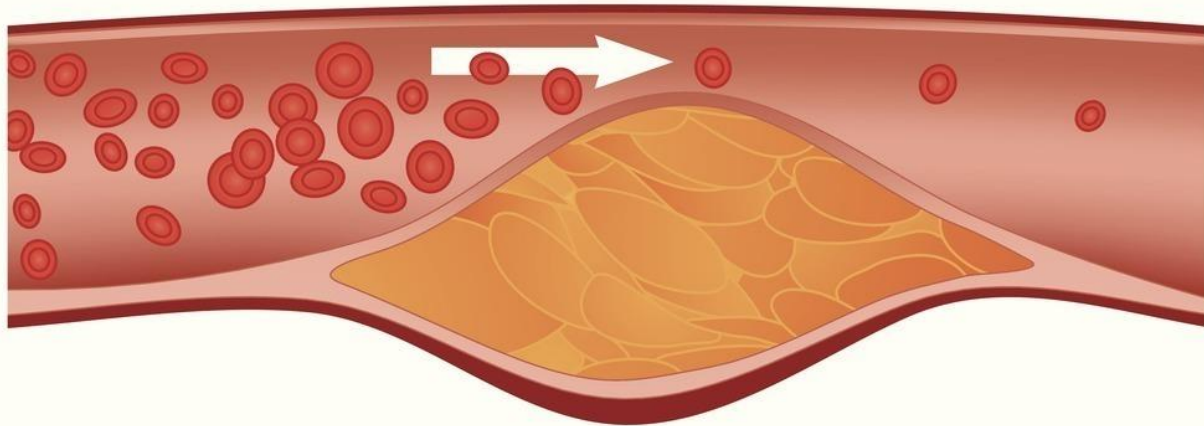
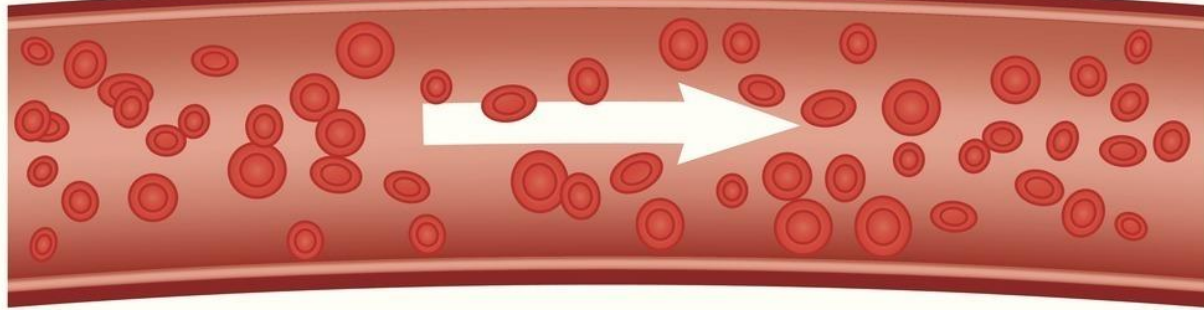
(reumatisk sykdom)

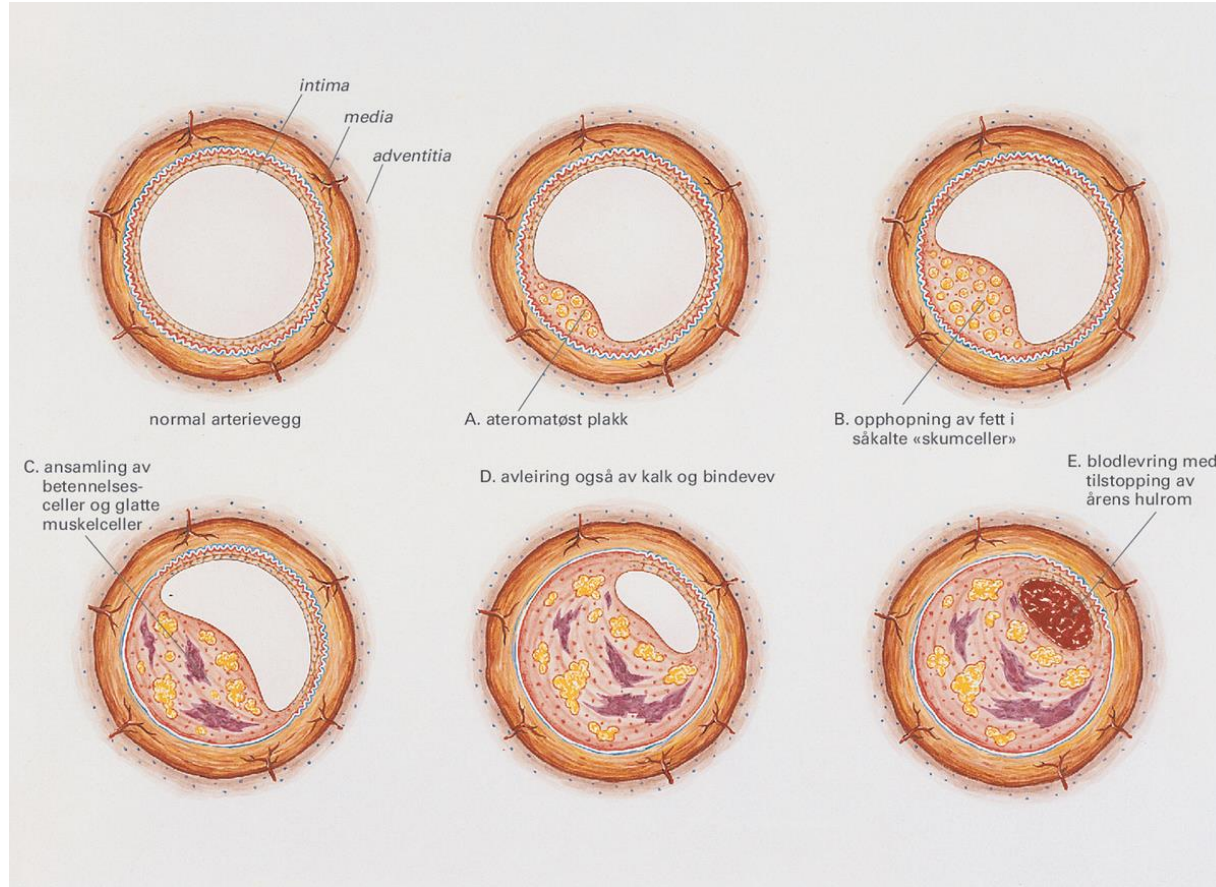
(psykisk sykdom og alvorlig stress)



iStock™
Credit: Tefim

665143102





Hjerteinfarkt

Definisjon:

En sykdomstilstand som oppstår når blodforsyningen til deler av hjertet blir for lav til at cellene kan fungere.

Den påfølgende oksygenmangel forårsaker skade og mulig død av hjertemuskelceller.

Celleskade måles i blodet, og analysen heter troponin –måling.

Symptomer på hjerteinfarkt

- Brystsmerter
- Magesmerter
- Ryggsmerter
- Skuldresmerter
- Hals/kjevesmerter
- Kvalme
- Tungpust
- Utmattelse

Er det angina eller hjerteinfarkt?

Hjerteinfarkt



- Smerteopplevelsen er som regel mer intens enn ved anginaanfall, og den går ikke over med hvile eller nitroglyserin
- Ledsages ofte av andre symptomer som kvalme, tung pust, kaldsvette og angst
- Ved hjerteinfarkt er det svært viktig å komme raskest mulig til behandling for å unngå/ redusere skaden på hjertemuskelen
- Ring 113

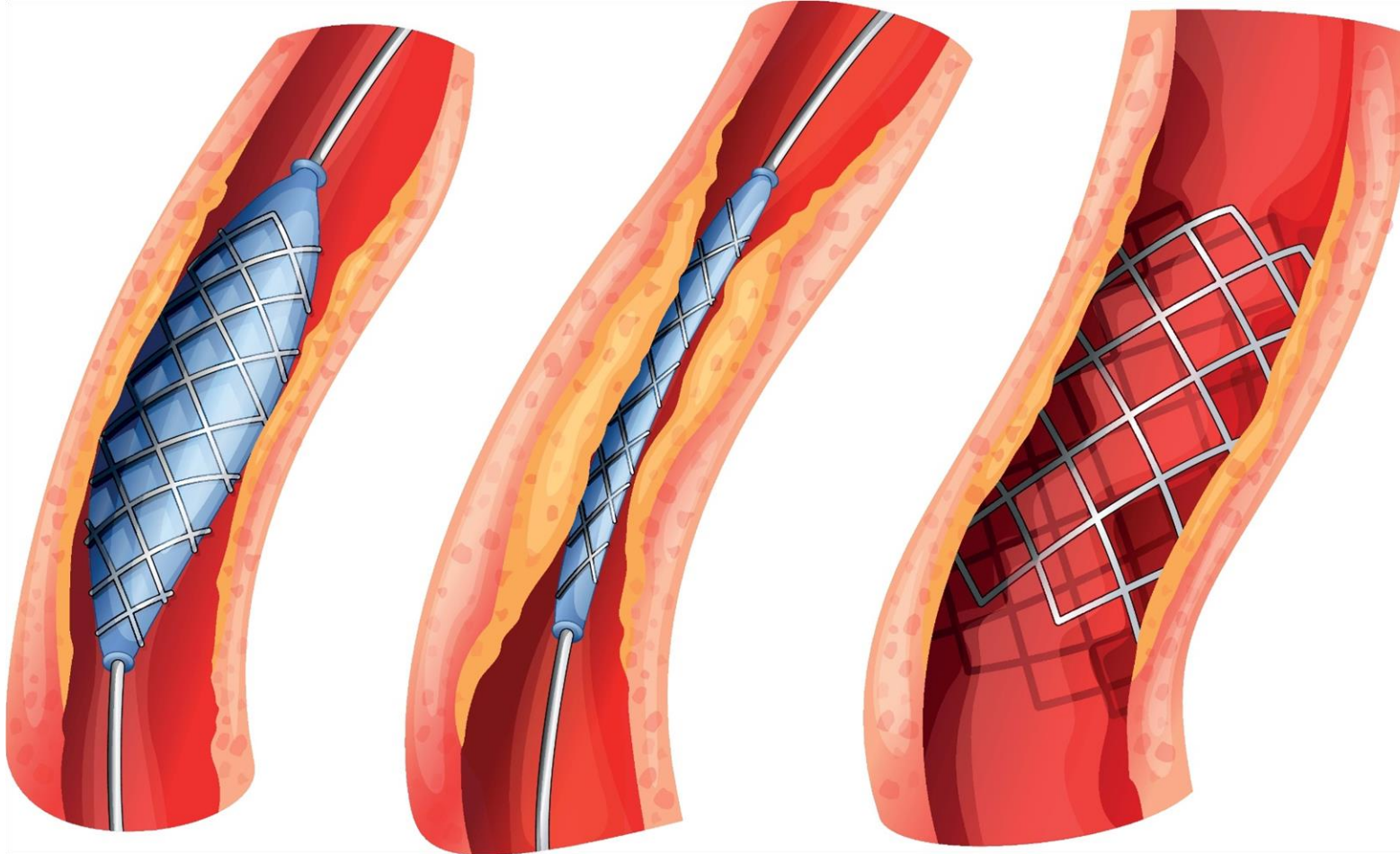
Hva skjer ved skade på hjertemuskel?

Hjertesvikt

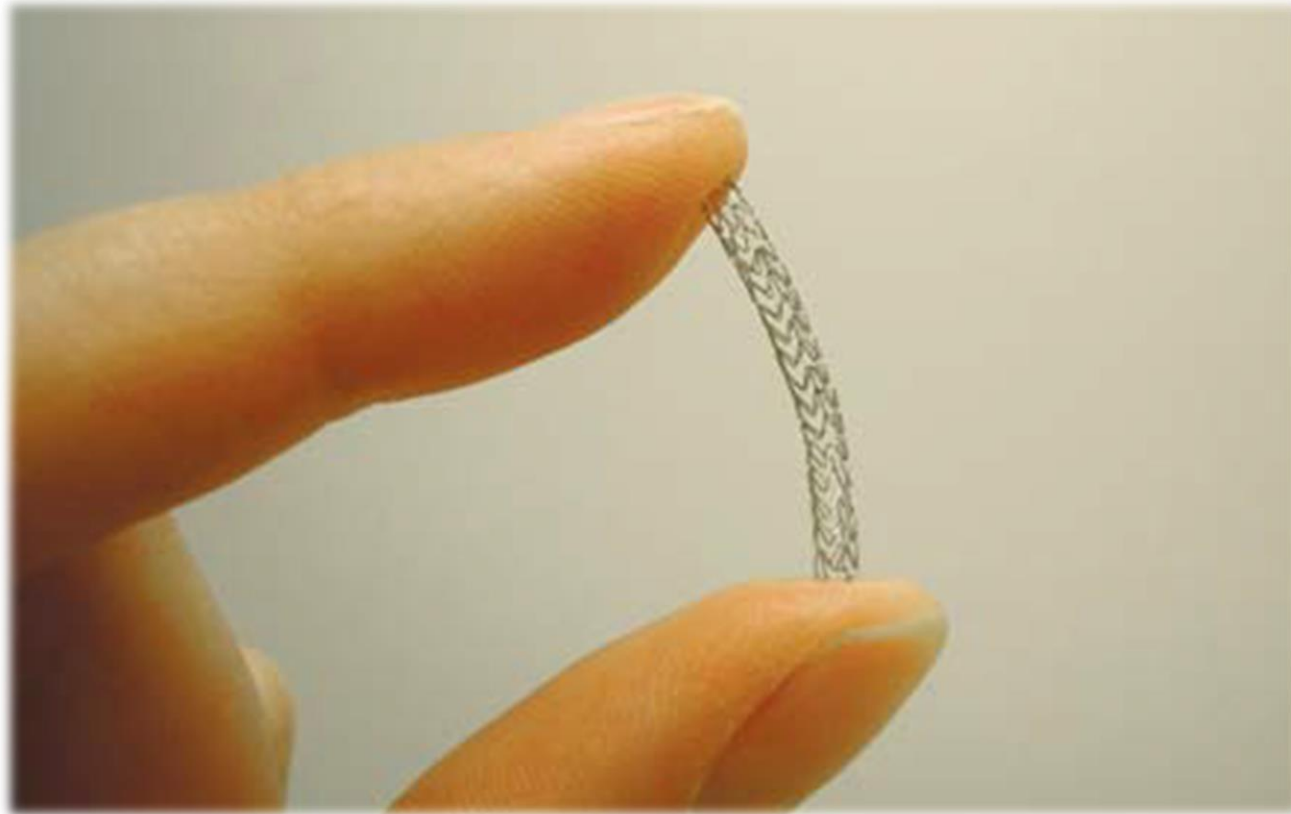
Hjertesvikt er en tilstand der hjertet ikke klarer å pumpe ut den mengden blod som er nødvendig for kroppens behov



PCI/Ballongutvidelse/utblokking



Bilde av stent



Man er ikke frisk etter at man har fått utført PCI (stenting). Koronarsykdom er en kronisk sykdom, og trenger oppfølging for å bremse videre sykdomsutvikling.

Ved fokus på livsstil og forebyggende tiltak kan man leve et tilnærmet normal liv uten symptomer.

FOKUS VIDERE

- Røykeslutt
- Blodtrykkskontroll (under 135/80)
- Det kolesterolet som heter LDL skal være under 1,4, og gjerne helt ned mot 1,0
- God regulering av diabetes (mål blodsukker daglig)
- Finn ut hvilke av de matvarene du spiser som er JA mat
- Magre melkeprodukter og grønnsaker
- Fysisk aktivitet (alt er bedre enn ingenting)
- Ta medisinene dine som foreskrevet

Medisinering



- Blodfortynnende: *Albyl-E, Plavix, Efiend, Brilique*
- Kolesterolsenkende statiner: *Simvastatin, Lipitor*
- Betablokker: *Selo-Zok/Metoprolol depot/Bloxazok, Emconcor, Carvedilol*
- Nitroglyserin
- RAAS-blokkade: *Enalapril, Triatec, Ramipril, cozaar, entresto*

Viktigheten av medikamentell behandling

- Svært viktig med blodfortynnende for å forebygge blodproppdannelse i området som er behandlet («tett stent»)
- Svært viktig med kolesterolsenkende medisiner for å hindre nye avleiringer
- Viktig med betablokker og ACE-hemmer for å beskytte hjertet
- Aldri gjør egne vurderinger og medisinendringer uten å diskutere dette med legen

Når skal man kontakte lege?

Fastlege

113

Ved økende symptomer over tid

Smerter som ikke gir seg etter hvile og/eller nitroglyserin

Noter gjerne ned over noen ukers periode hvor hyppig smertene kommer, og i hvilke situasjoner



Takk for meg! 😊