

Keringési problémák



IDEAL
Health in Deaf

Projektszám: 2022-2-SK01-KA220-ADU-000102228



Az Európai Unió
társfinanszírozásával

Tartalom

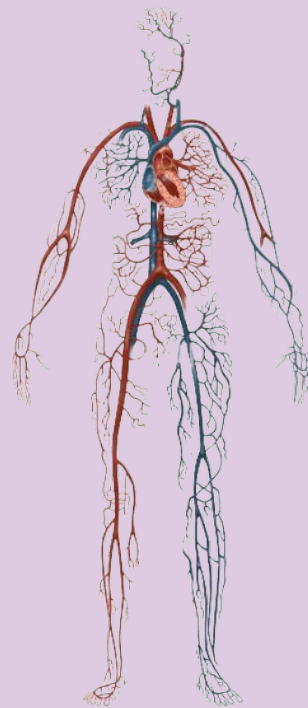
-  **Mi az a keringési rendszer?**
-  **A keringési problémák kockázati tényezői**
-  **A leggyakoribb keringési rendszeri problémák**
-  **Mit tegyek?**
-  **Szakemberek**
-  **Hasznos források**

Mi az a keringési rendszer?

A keringési rendszer, amelyet szív- és érrendszernek vagy érrendszernek is neveznek, **az a feladata, hogy tápanyagokat, gázokat és salakanyagokat szállítson a test szöveteibe és onnan.** Az embereknek zárt keringési rendszere van, amely két fő részből áll: **a pulmonalis keringésből és a szisztémás keringésből .**

A tüdőkeringés (vagy "kis" keringés) mozgatja **a vért a szív és a tüdő között.** A szív jobb oldalán kezdődik. Ezután vért küld a tüdőbe a pulmonalis artérián keresztül. A tüdőben a vér oxigént vesz fel, majd visszatér a szív bal oldalába.

A szisztémás keringés (vagy "nagy" keringés) mozgatja **a vért a szív és a test többi része között.** Tápanyagokat és oxigént szállít a szervezet sejtjeihez. A vér a szív bal oldalából az artériákon és az aortán keresztül a test minden részébe áramlik. Ezután a vénákon keresztül visszatér a szív jobb oldalába, és továbbhalad a tüdőkeringésbe.



Keringési problémák

Kockázati tényezők:

- ✗ magas vérnyomás
- ✗ magas koleszterinszint
- ✗ dohányzó
- ✗ túlsúly és elhízás
- ✗ rossz étrend
- ✗ cukorbetegség
- ✗ intenzív stressz
- ✗ családtörténet



A leggyakoribb keringési problémák

- **Stroke**

Általában ez **akkor fordul elő, ha a vér hirtelen nem tud befolyni az agy egy részébe, mert egy vérrög részben vagy teljesen blokkolja az áramlást.** Ekkor az agy nem kapja meg a számára szükséges oxigént és tápanyagokat.

Tünetek:

- Gyengeség a test egyik oldalán (előfordulhat, hogy a személy nem tudja felemelni a karját, mozgatni a lábát, vagy járási nehézségei vannak);
- Bénulás az arc egyik oldalán, gyakran az egyik szájzug lelógásával;
- Beszédbeli vagy beszédértési nehézség (a személy zavartnak tűnhet);
- Egyensúlyi és koordinációs problémák;
- Szédülés és gyomorrontás érzése ;
- Súlyos fejfájás;
- Hirtelen látási problémák, például homályos látás vagy látásuk egy részének elvesztése.

Ha ilyen problémái vannak, azonnal hívjon mentőt!



A leggyakoribb keringési problémák

- **Magas vérnyomás**

A magas vérnyomásnak eleinte gyakran nincsenek tünetei. Később a tünetek a következők lehetnek:

- Nagyon fáradtnak érzi magát;
- Erős fejfájás;
- Látással kapcsolatos problémák;
- Szabálytalan szívverés;
- Vér a vizeletben;
- Légzési nehézség;
- Mellkasi fájdalom.

- **Szívbetegségek** közé tartozik

- Érelmeszesedés;
- Angina pectoris;
- Szívroham;
- Szívütés;
- Ischaemiás szívbetegség.



Mit tehetek ?

Megelőzés

A problémák csökkentése érdekében a következőket teheti:

- **rendszeresen ellenőrizni** kell a vérnyomást, a koleszterinszintet és a vércukorszintet;
- **egyél sok zöldséget, gyümölcsöt és teljes kiőrlésű gabonát;**
- **egyél kevesebb cukrot, sót és egészségtelen zsírokat;**
- **rendszeresen gyakoroljon** az egészséges testsúly fenntartása és a keringés javítása érdekében;
- **korlátozza az alkoholt és a dohányzást;**
- **kezelje a stresszt** (próbálkozzon meditációval, jógával vagy mély légzéssel);
- aludj eleget;
- igyál elég vizet.



Szakemberek

Különböző szakemberek, különböző problémákra



Kardiológus

A kardiológus a szív- és érrendszeri betegségek diagnosztizálására és kezelésére szakosodott orvos. Olyan tesztek végeznek, mint az echokardiogram és a stressztesztek a szív egészségének ellenőrzésére. A kardiológusok tanácsot adnak az életmód megváltoztatására és a szív egészségének javítására szolgáló gyógyszerekre vonatkozóan is.



Gyermek kardiológus

Gyermekek és újszülöttek szívbetegségeit tanulmányozza és kezeli.



Belgyógyász

Az interológus olyan orvos, aki belső szerveket, például szívet, vesét és májat kezel. Egészségügyi problémák széles skálájával foglalkoznak, beleértve a keringési rendszerrel és a szívvel kapcsolatos problémákat is.



Flebológus

A phlebológusok kezelik a test vénákkal kapcsolatos problémákat. Segítenek olyan problémák esetén, mint a visszerek, amelyek fájdalmasak lehetnek, és a vérrögök. Különböző kezeléseket alkalmaznak, például speciális injekciókat vagy lézereket, hogy javítsák a véráramlást.

Szakemberek



Különböző szakemberek különböző problémákra

Érsebész

Az érsebész az erekkel kapcsolatos sebészeti eljárások szakértője, beleértve az artériák és vénák műtéteit is.

Szív- és érrendszeri radiológus

A kardiovaszkuláris radiológus olyan képalkotó módszereket használó szakember, mint az ultrahang (az ultrahang olyan orvosi képalkotó technika, amely nagyfrekvenciás hanghullámokat használ a test belsejéről alkotott képek létrehozására) vagy az angiográfia (az angiográfia vizualizálásra használt orvosi képalkotó technika). az erek és szervek belsejében, jellemzően az elzáródások vagy rendellenességek kimutatására) , az érrendszeri betegségek diagnosztizálására és monitorozására.

Angiológus

Az angiológus olyan orvos, aki diagnosztizálására és az erekkel kapcsolatos betegségek, beleértve az artériákat és a vénákat, kezelésére.



Hasznos források

- [WEBBeteg](#)

A keringési zavarok okai, rizikófaktorai és típusai: Ez az oldal részletesen tárgyalja a keringési zavarok kialakulásának okait, a hajlamosító tényezőket és a különböző típusokat.

- [HáziPatika](#)

A rossz vérkeringés tünetei: Ez a cikk felsorolja a rossz vérkeringés leggyakoribb jeleit, mint például a hideg végtagok, fáradékonyság, hajhullás és merevedési zavarok.

- [EgészségKalauz](#)

10 jel, mely rossz keringésre utalhat: Az oldal bemutatja a rossz keringés tüneteit, beleértve a zsibbadást, visszér kialakulását és ödémát, valamint tanácsokat ad a megelőzésre.



TOVÁBBI INFORMÁCIÓK

