

Szívproblémák



IDEAL
Health in Deaf

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



**Az Európai Unió
társfinanszírozásával**

Tartalom



Mi az a szív?



A szívbetegség kockázati tényezői



A leggyakoribb szívproblémák



Mit tegyek?



Szakemberek



Hasznos források

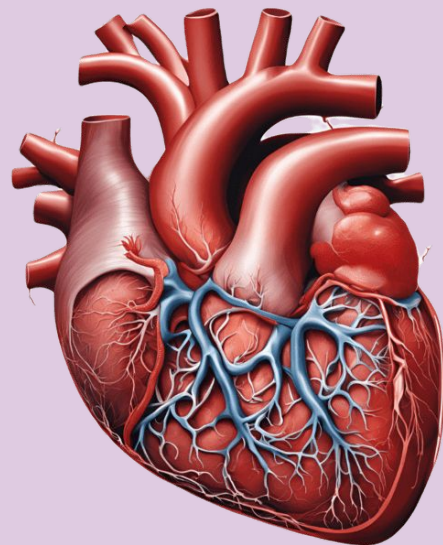


Mi az a szív?

A szív egy **izmos szerv, amely a keringési rendszer szivattyújaként működik.** A szív a tüdők közötti mellüregben található, és körülbelül **akkora, mint egy emberi ököl.**

Mit tudunk a szívről?

- A szív oxigénnel dúsított vért pumpál a szervezetbe, és oxigénmentesített vért a tüdőbe, ahol oxigénhez jut.
- A szív percenként körülbelül 5 liter vért pumpál.
- A szív 4 részre oszlik: jobb pitvarra, bal pitvarra, jobb kamrára és bal kamrára.
- A szívnek saját rendszere van, amely szabályozza a ritmusát.
- A szív ciklusokban működik: 1) összehúzódás (szisztolé), majd 2) relaxáció (diastole).





Kockázati tényezők



- ✗ a fizikai aktivitás hiánya
- ✗ egészségtelen táplálkozás
- ✗ dohányzás
- ✗ túlsúly
- ✗ túlzott alkoholfogyasztás



A leggyakoribb szívproblémák



Ischaemiás szívbetegség

Ischaemiás szívbetegség akkor fordul elő , **amikor a szív károsodik, mert az artériák beszűkülnek vagy elzáródnak.**



Angina pectoris (AP)

Az AP az ischaemiás szívbetegség egyik fajtája. **Ez akkor fordul elő, ha a szív nem kap elég oxigént vagy vért. Ez ischaemiát okoz, vagyis a szív nem tud úgy működni, ahogy kellene.** Az AP egyfajta mellkasi fájdalom, amely szorító vagy szorító érzés. Néha a légzés nagyon nehéz lehet, és a személy szoronghat.



Veleszületett szívhibák

A veleszületett szívhibák olyan szívproblémák, amelyekkel az emberek születnek. Egyes hibák enyhék és nem okoznak sok problémát, sőt maguktól javulhatnak. Más hibák súlyosabbak lehetnek, és korai halálhoz vezethetnek, ha nem kezelik őket.

A leggyakoribb szívproblémák



- Szívinfarktus (szívroham)

A szívroham akkor következik be, amikor a szívizom egy része hirtelen elhal, általában az artériákban kialakuló vérrög miatt (úgynevezett **trombózis**). Nagyon veszélyes lehet, és gyakran halálhoz vezethet. Hogyan lehet felismerni a szívrohamot? **Ne feledje, hogy a nőknek kevésbé egyértelműek lehetnek a tünetei, mint a férfiaknak.**

- Mellkasi fájdalom a szegycsont mögött (jellemzően tompa, szorító, nyomó vagy égető),
- Légszomj,
- Fájdalom a felső hasban,
- Hányinger,
- Szorongás,
- Hideg verejték,
- Szédülés,
- Ájulásérzés,
- Az alsó állkapocsba, a bal karba vagy a lapockák közé sugárzó fájdalom.



Mit tegyek ?



1

MEGELŐZÉS

Ezeket a problémákat az alábbiakkal csökkentheti :

- **rendszeres orvosi kivizsgáláson** ,
- **sok zöldség, gyümölcs, teljes kiőrlésű gabonák, bab és dió** fogyasztása ,
- kevesebb cukor és egészségtelen zsírok (telített zsírsavak) fogyasztása, különösen állati eredetű termékekből,
- **rendszeresen mozogni** , például minden nap 30 percet gyorsan sétálni.

2

MENJ EL, ÉS KERESS SZAKEMBERT

- Gondoljon **a problémáira és tüneteire.**
- Ezután **keressen egy orvost, aki ezekre a területekre specializálódott, és foglaljon időpontot.**



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 stresszteszt a szív egészségének ellenőrzésére. A kardiológusok tanácsot adnak az életmód megváltoztatására és a szív egészségének javítására szolgáló gyógyszerekre vonatkozóan is.

- **Gyermekek kardiológus**

Gyermekek szívbetegségeinek vizsgálata és kezelése.

- **Szív- és érrendszeri sebész**

A szív- és érrendszeri sebész olyan szakember, aki a szív és az erek műtéit végzi, például bypass műtétet és szívbillentyű-javítást. A szív bypass műtét során a sebész egy másik testrészből származó véredényt használ, hogy megkerülje az elzáródott artériát. A szívbillentyű cseréje az, amikor a sebész kicseréli vagy megjavítja a szív véráramlását szabályozó billentyűket.



Szakemberek

Különböző szakemberek különböző problémákra

- **Beavatkozó kardiológus**

Az intervenciós kardiológus kis csövekkel, úgynevezett katéterekkel diagnosztizálja és kezeli a szívvel és az erekkel kapcsolatos problémákat. Olyan eljárásokat végeznek, mint az angioplasztika, amely megnyitja az elzáródott artériákat, és a stent beültetés, ahol csöveket használnak az artéria nyitva tartására és a véráramlás javítására.

- **Elektrofiziológus**

Az elektrofiziológus (EP) a szívritmuszavarok, úgynevezett aritmiák diagnosztizálására és kezelésére szakosodott. Teszteket végeznek annak kiderítésére, hogy a szív mely területei okozzák ezeket a problémákat. Olyan eljárásokat hajthatnak végre, mint az abláció, amely segít a szabálytalan szívverések kezelésében.



Hasznos források



Szívműködésről bővebben

<https://egeszsegvonal.gov.hu/s-sz/962-szivmukodes.html?highlight=WyJzeIx1MDBIZHYiXQ==>



Szívet érintő betegségekről bővebben

<https://egeszsegvonal.gov.hu/component/finder/search.html?q=sz%C3%A0Dv&Itemid=439>



Szívbetegség megelőzéséről - minden amit tudni kell

<https://www.youtube.com/watch?v=dCtKjlb9VRc>



TOVÁBBI INFORMÁCIÓK

