

**Göğüsteki sancuların nedeni  
basit bir hazımsızlık mı  
yoksa  
kalp krizi midir?**

Makalelerin yayın tarihinde belirtilen telefon numaraları doğrudur fakat sürekli olarak doğrulukları kontrol edilmez. Bu bakımdan aradığınız telefon numaralarını telefon rehberinden bulmanız gerekebilir.

**Chest pain:  
Is it just indigestion - or a heart attack?**

## **GÖĞÜSTEKİ SANCILARIN NEDENİ BASİT BİR HAZIMSIZLIK MI YOKSA KALP KRİZİ MİDİR? (Chest pain: Is it just indigestion - or a heart attack?)**

Feridun Bey bir gün arkadaşlarıyla birlikte buluşup öğle yemeği yedikten sonra evine dönerken birden göğsünün ortasında bir sancı hissetti. Önce hazımsızlık olabilir diye düşündü fakat eve vardığında sancı her iki koluna da yayılmıştı. Bu noktada Feridun Bey hem terliyor hem de kendisini halsiz hissediyordu.

Hanımı Feridun Bey'in halini görür görmez hemen bir ambulans çağırmak istedi. Oysa Feridun Bey "Telâş etme Hanım. Biraz istirahat edeyim geçer" diyordu. Hanımının üstelemesi üzerine ambulans çağırıldı ve Feridun Bey 20 dakika sonra kendisini hastanede buldu.

Hanımının yerinde hareketi 45 yaşındaki Feridun Bey'in hayatını kurtarmıştı. Göğsündeki sancı kalp krizi sancısıydı ve atardamarlarından birinde meydana gelen bir kan pıhtısından kaynaklanıyordu. Atardamarı tıkayan pıhtı kalbe giden kan ikmalini kesmişti. Fakat hasta zamanında hastaneye kaldırıldığı için doktorların verdiği özel bir ilaçla kan pıhtısı eritildi ve kalbe tekrar kan gitmesi mümkün oldu. Böylece geçirdiği kalp krizinden Feridun Bey'in kalbinin fazla zarar görmedi ve iyileşme şansı arttı.

Kalp krizi olayları çok yaygındır. 70 yaşına gelmemiş kadın ve erkeklerdeki ölüm olaylarının birincil nedeni olduğu için belirtilerinin bilinmesi gereklidir.

Hasta hastaneye ne kadar çabuk getirilirse kurtarılma şansı o kadar çoktur. Hastanelerde genellikle Feridun Bey'in damarlarındaki tıkanıklığı açan harika bir ilaç kullanılmakla birlikte bazı hastanelerde yeni bir teknik daha geliştirilmiş bulunmaktadır. Bu teknik ilaç yerine bir aletle damarları genişletme yoludur. Hastayı hastaneye hemen getirmenin önemli diğer yönü ise kriz sonucu hastanın kalbi dursa bile elektrik şoku vererek tekrar çalıştırmak mümkündür.

Ulusal Kalp Vakfı'ndan Profesör Terry Campbell kalp krizi belirtilerinin çeşitli olduğunu söylemektedir. Feridun Bey'de olduğu gibi, göğüste başlayan sancı sağ veya sol kola veya her iki kola da yayılabilir. Bazen sancı boğaza, çenelere hatta dişlere vurur. İnsanın sanki sırtı oyuluyormuş gibi de hissedilebilir. İlginç birşey de bazen göğüs yerine kollarda ve boğazda sancı olmasıdır. Kalp krizi geçiren bazı hastalar da kriz anında göğüste sancı yerine "sıkışma" hissetmişlerdir. Diğer belirtiler arasında halsizlik, baş dönmesi, baygınlık, huzursuzluk, terleme, kusma veya mide bulantısı bulunmaktadır. Hastanın yüzüne bakıldığında renginin uçmuş olduğu ve gerçekten hasta olduğu görülür.

Peki kalp krizi ile basit bir hazımsızlığı nasıl ayırabiliriz? Hazımsızlık da kalp krizi gibi yakan bir sancı ile başlar ama kollara veya vücudun diğer kısımlarına pek yayılmaz. "Ama emin olmadığınız durumlarda, özellikle de genelde hazımsızlık çeken bir kişi değilseniz, hemen bir ambulans çağırarak göğsünüzde sancı hissettiğinizi söyleyin" önerisinde bulunan Profesör Campbell sonuçta krizin kalp krizi olmadığı anlaşılabilir bile hastane görevlilerinin bundan şikâyetçi olmadıklarını belirtmektedir.

Kalp krizinin belirtilerini tanımak kadar önlemin yollarını da bilmek önemlidir. Sigara içmemek, düzenli olarak egzersiz yapmak, bol bol kahvaltılık tahıl, hububat, sebze ve meyve yemek, yağlı gıdalardan uzak durmak ve tansiyonu sağlıklı düzeyde tutmakla kalp krizi riskini azaltmış olursunuz.

2-8 Mayıs 1999 günleri arasındaki hafta Kalp Haftası'dır.