

## **La cura dei disturbi cardiaci**

### **Heart Disease – how treatments can help**

Le arterie in buono stato trasportano una costante quantità di sangue al cuore. Senza questo sangue, il muscolo cardiaco non può funzionare correttamente. Ma qualche volta le arterie si restringono e questo può provocare malattie cardiache.

#### **Perchè le arterie si restringono?**

Con il tempo, una sostanza adiposa chiamata “placca” può depositarsi nella parte interna delle arterie ostruendole, cosicchè una minore quantità di sangue raggiunge il cuore.

#### **Cosa accade quando le arterie si restringono?**

Può insorgere un attacco di angina o un attacco cardiaco.

- L’angina è causata dall’insufficiente quantità di sangue che arriva al cuore. I sintomi consistono in pressione e/o senso di “stritolamento” al torace, dolori al braccio. A volte le persone vengono colpite da nausea o hanno un’intensa sudorazione. Questi sintomi indicano che ci possono essere dei problemi al cuore. In questi casi bisogna consultare un medico al più presto. Anche se l’angina non è un vero e proprio attacco cardiaco, può contribuire a farlo insorgere.
- Si verifica un attacco cardiaco quando l’arteria, già ristretta dalla placca, viene ostruita da un grumo che impedisce il passaggio del sangue al cuore. Se la circolazione sanguigna rimane bloccata a lungo possono verificarsi danni permanenti al muscolo cardiaco. Quando qualcuno viene colpito da un attacco cardiaco, l’unico modo per minimizzare i danni è di trasportare la persona in ospedale il più velocemente possibile.

#### **Quali sono le cure per gli attacchi di cuore?**

Gli ospedali dispongono dei mezzi terapeutici necessari per riaprire le arterie bloccate. Se l’arteria viene sbloccata velocemente i danni al muscolo cardiaco si riducono. Il tuo dottore può ordinare dei raggi x specifici (angiografia) per vedere quanto le arterie sono otturate e ti può dare consigli sui tipi di cure disponibili. In certi casi l’attacco di angina può essere curato semplicemente con dei farmaci. Ma se hai avuto un attacco di cuore, hai bisogno sia di medicine sia di un intervento chirurgico o di angioplastica.

#### **I farmaci**

- aiutano a sciogliere i grumi che bloccano le arterie
- Possono rendere il sangue meno denso, diminuendo il rischio di attacco cardiaco o infarto
- Possono abbassare la pressione sanguigna
- Possono abbassare il colesterolo, una delle cause del blocco delle arterie
- Alleviano i sintomi dell’angina
- Facilitano la cicatrizzazione del muscolo cardiaco in caso ci siano stati danni.

## **Angioplastica**

Questa semplice operazione migliora l'apporto di sangue al cuore allargando l'arteria. Può essere fatta in anestesia locale, comportando solo una breve degenza in ospedale. Il medico allarga l'arteria ostruita inserendovi uno speciale palloncino. Una volta che il medico ha inserito il palloncino, lo gonfia e poi lo rimuove, allargando in questo modo l'arteria. Viene poi inserito un piccolo tubo di metallo (chiamato "stent") che rimarrà nell'arteria per tenerla aperta.

## **Intervento chirurgico di bypass**

Questa operazione apre una strada nuova per far arrivare il sangue al cuore. Il medico preleva un'arteria sana da una parte diversa del corpo (petto, gamba o braccio) che viene poi collegata all'arteria bloccata in modo da aggirare il grumo e portare il sangue al cuore. L'operazione viene effettuata in anestesia generale e comporta una degenza più lunga. Al pari dell'angioplastica, anche il bypass è generalmente un intervento sicuro.

## **Cos'altro è importante?**

Abitudini salutari. Il blocco delle arterie è generalmente causato da fattori che possiamo controllare, quali il fumo, la dieta e la mancanza di attività fisica. Perciò è importante:

- Smettere di fumare. Il fumo danneggia e indebolisce le arterie.
- Evitare grassi saturi poco salutari: carni e latticini grassi, burro, lardo, grasso solido per cucinare, latte di cocco, cibi fritti e molti biscotti, dolci e prodotti da forno che si comprano nei negozi.
- Essere attivi. L'attività fisica regolare (ad esempio camminare) fa molto bene al cuore. Se hai avuto un attacco cardiaco il tuo medico ti può consigliare un programma per insegnarti quali sono i modi migliori di fare esercizio e tenere sotto controllo il problema cardiaco.

Se hai bisogno di assistenza per fare telefonate in lingua inglese puoi chiamare il Servizio Traduzioni e Interpreti al numero 131 450.

Puoi trovare ulteriori informazioni nella tua lingua sul sito internet di Multicultural Communication: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

I numeri di telefono sono corretti al momento della pubblicazione ma non vengono costantemente aggiornati. Suggeriamo di controllare il numero consultando l'elenco telefonico.