

## Срцеви заболувања - како може лечењето да ви помогне Heart Disease - how treatments can help

Здравите артерии вршат постојано снабдување на срцето со крв. Без оваа крв, срцето не може правилно да работи. Меѓутоа понекогаш артериите многу се стеснуваат – и тоа може да доведе до срцев удар.

### Зошто се стеснуваат артериите?

Со текот на времето, мрсна материја (plaque) може да се наталожи во внатрешноста на ѕидот на артеријата, затнувајќи ги артериите така што помалку крв доаѓа до срцето.

### Што се случува кога артериите стануваат потесни?

Може да доведе до ангина (болки во градниот кош) или срцев удар.

- \* До ангина (болки во градниот кош) доаѓа кога срцето не добива доволно крв. Знаците се притисок во градниот кош, стегане во градите, болка во раката. Понекогаш луѓето се потат или им се лоши. Овие знаци покажуваат дека, можеби, нешто не е в ред со срцето и дека ќе ви треба лекарска помош што е можно побрзо. Ангина или болки во градниот кош, не е исто што и срцев удар но може да го зголеми ризикот од добивање срцев удар.
- \* До срцев удар доаѓа ако се формира згрутчено парче крв во некоја од артериите што веќе е стеснета од наслага на мрсна материја и на тој начин ја спречува крвта да дојде до срцето. Ако некој добие срцев удар, колку побрзо ќе дојде во болница, толку повеќе го намалува ризикот од оштетување на срцевиот мускул.

### Како се лечи?

Во болниците спроведуваат процедури кои можат да ги отворат затнатите артерии. Ако можат артериите да се отворат брзо, доаѓа до помало оштетување на срцето. Вашиот доктор ќе организира специјално рентгенско снимање наречено ангиограм, за да види каде и до кој степен се затнати артериите. Потоа, докторот ќе ве посветува за начинот на лечење. Некои луѓе, кои имаат болки во градите, може да треба да примаат само лекови. Но, ако сте имале срцев удар, ќе ви требаат и лекови и ангиопластија или операција.

### Лековите

- \* можат да помогнат да ги растворот згрутчените парчиња крв што ги блокираат артериите
- \* можат да ја разредаат крвта, да го намалат ризикот од срцев удар или шлог (излив на крв во мозокот)
- \* можат да го спуштат високиот крвен притисок
- \* можат да го намалат холестеролот. Тој е една од причините за затнати артерии
- \* да ги ублажат симптомите од ангина (болки во градниот кош)
- \* можат да помогнат да заздрават срцевиот мускул ако имало некакво оштетување.

## **Ангиопластија**

Оваа едноставна операција го подобрува протокот на крв до срцето со проширување на артериите. Може да се направи со локална анестезија (да се здрви местото). Во болница се останува само кусо време. Докторот ја проширува артеријата на тој начин што става специјален балон во затнатата артерија. Кога ќе стигне балонот во артеријата, докторот ќе го надуе пред да го отстрани. Тоа ја проширува артеријата. Потоа докторот става метално цевче (наречено “stent”) во проширената артерија. Ова цевче останува во артеријата за да ја држи отворена.

## **Бајпас операција**

Оваа операција е уште еден начин крвта да дојде до срцето. Докторот ќе “позајми” друга артерија од телото на пациентот (од градниот кош, ногата или раката). Оваа здрава артерија потоа се спојува со затнатата артерија, така што може да носи крв до срцето премостувајќи го блокираниот дел. За оваа операција е потребно тотално успивање (општа анестезија) и подолг престој во болница. Како и ангиопластијата, најчесто е безбедна и успешна операција.

## **Што друго е важно?**

Здрави навики. Затнатите артерии најчесто се предизвикани од работи што можеме да ги конторлираме, како пушење цигари, исхрана и мала физичка активност. Важно е да:

- \* Престанете да пушите цигари. Пушењето ги оштетува и ги ослабува сидовите на артериите.
- \* Избегнувајте нездрави заситени (saturated) маснотии – маснотии што се наоѓаат во мрсното месо, полномасните млечни производи, путер, путер за готвење (ghee), сало, здрвени маснотии за готвење, кокосово млеко, пржена готова храна и многу бисквити, колачиња и пити купени од продавница.
- \* Бидете активни. Редовните физички вежби, како пешачење, се добри за срцето. Ако сте имале срцев удар, докторот може да ве упати на програма наменета за да ги научите добрите начини на вежбање и да се грижите за срцето.

Ако ви треба помош да се јавите на англиски, најпрво јавете се во Службата за преведување (TIS) на 131 450.

Повеќе информации од областа на здравството на македонски јазик можете да најдете на вебсајтот на Multicultural Communication на <http://mhcs.health.nsw.gov.au>.

Телефонските броеви се точни во времето на издавање на оваа информација, но не се обновуваат ако дојде до промена. Ќе треба да ги проверите во телефонскиот именик пред да се јавите.