

Kalp Hastalığı ve yararlı tedavi yolları (Heart Disease - how treatments can help)

Sağlam atardamarlar kalbe düzenli olarak kan ikmali yaparlar. Bu kan olmadan kalp görevini tam olarak yapamaz. Bazen atardamarlar iyice daralırlar ve kalp hastalığına neden olurlar.

Atardamarlar neden daralırlar?

Zamanla atardamar duvarlarında trombosit denilen yağlı bir madde birikir ve damarları tıkayarak kalbe giden kan miktarını azaltır.

Atardamarlar daralınca ne olur?

Atardamar tıkanması göğüs anjini veya kalp krizine neden olur.

- Kalp yeterince kanla beslenmezse göğüs anjini olur. Belirtileri, göğüste sıkışma, daralma ve kolda ağrıdır. Hasta bazen terler ve midesi bulanır. Belirtiler kalpte bir bozukluk olduğunu gösterdiğinden en kısa zamanda tedavi yolu aranmalıdır. Göğüs anjini kalp krizi ile bir değildir ama kalp krizi geçirme olasılığını artırır.
- Kalp krizi, trombosit nedeniyle zaten daralmış olan atardamarda bir kan pıhtısının oluşmasından ileri gelir. Kan ikmali uzun süre kesilirse kalpte kalıcı bir hasar olabilir. Kalp krizi geçiren bir hastanın en kısa zamanda hastaneye getirilmesi kalp kasında meydana gelecek olan hasarı azaltır.

Tedavi yolları

Daralan atardamarları açmak için hastanelerde çeşitli tedaviler uygulanır. Atardamardaki tıkanıklık çabucak açılabilirse kalpte meydana gelebilecek hasar azaltılabilir. Doktor özel bir röntgen filmi olan damar grafisi (angiogram) çektilererek atardamardaki tıkanıklığın miktarını belirler. Bundan sonra size tedavi yollarını açıklar. Göğüs anjini bazı hastalarda yalnız ilaçla tedavi edilir. Kalp krizi geçirmiş olan hastalar için hem ilaç, hem ameliyat veya plâstik damar cerrahisi uygulanır.

İlaçlar

- Damarları tıkayan pıhtıları eritirler.
- Kanı sulandırır ve kalp krizi veya felç olasılığını azaltırlar.
- Tansiyonu düşürürler.
- Kolesterolü düşürürler. Kolesterol damar tıkanıklığının nedenlerinden biridir.
- Göğüs anjini belirtilerini hafifletirler.
- Kalp kasında hasar olmuşsa kasın iyileşmesine yardım ederler.

Plâstik damar cerrahisi (angioplasty)

Basit bir ameliyattır ve damarı genişleterek kan akışını düzeltir. Ameliyat lokal anestezi altında yapılabilir. Bunun için hastanede kısa süreli bir kalma olabilir. Doktor tıkanık damarın içine özel bir balon yerleştirilerek damarı açar. Balon damarın içine girdikten sonra çıkarmadan önce şişirilerek damar açılır. Genişletilen damarın içine tekrar daralmaması için madeni bir boru yerleştirilir.

Bypass ameliyatı

Kalbe kan naklini sağlayacak bir başka yoldur. Doktor hastanın göğsünden, kolundan veya bacağından aldığı sağlam bir damar parçasını tıkanmış olan atardamarın açık olan noktalarına bağlayarak tıkanık olan bölgenin atlanmasıyla kalbe kan ikmalini gerçekleştirir. Bu ameliyat için tam anestezi yapılması ve hastanede daha uzun bir süre kalınması gereklidir. Tıpkı plâstik damar cerrahisi gibi genellikle güvenceli ve başarılı olan bir ameliyattır.

Diğer önemli konular

Sağlığa uygun olan alışkanlıklar edinmek önemlidir. Damar tıkanıklığı, sigara, sağlığa uygun olmayan gıdaları yemek ve egzersiz yapmamak gibi genellikle önlenmesi mümkün olan nedenlerden kaynaklanır. Şunlara dikkat edilmelidir:

- Sigarayı bırakın. Sigara atardamarlara zarar verir ve damar duvarlarını zayıflatır.
- Sağlığa uygun olmayan, etin etrafındaki yağlar, tam yağlı süt ürünleri, tereyağı, ghee yağı, domuz yağı, katı pişirme yağları, Hindistan cevizi yağı, yağlı al-götür yemekler, çoğu bisküvi, pastalar ve dükkânlarda satılan böreklerde bulunan doymamış yağlardan uzak durun.
- Hareketli olun. Yürümek gibi düzenli egzersizler kalp için yararlıdır. Kalp krizi geçirdiyseniz doktorunuz yararlı olacak egzersizleri öğreneceğiniz ve kalp hastalığınızı idare edebileceğiniz yolları gösteren bir programa sizi sevk edebilir.

Telefonda İngilizce konuşurken yardım istiyorsanız Yazılı ve Sözlü Tercüme Servisi'ni 131 450 numaralı telefondan arayın.

Sağlık konuları hakkında daha fazla Türkçe bilgiyi Multicultural Communication <http://mhcs.health.nsw.gov.au> internet sitesinde bulabilirsiniz.

Telefon numaraları makalenin yayın tarihi itibarıyla doğru olmakla birlikte sürekli olarak kontrol edilmediğinden telefon rehberine bakmanız gerekebilir.