

# „Baja” z zawałem. „Zadbajcie o siebie” - apeluje

Data publikacji: 3.10.2024 15:00

Muzyk Golec uOrkiestra Zbigniew Michałek „Baja” z zespołu Golec uOrkiestra, mieszkańiec Gminy Istebna trafił do ustrońskiej kliniki American Heart of Poland. Teraz namawia innych do zadbania o siebie.

*Muzyk Golec uOrkiestra Zbigniew Michałek „Baja” i Dr n. med. Bartosz Skwarna, fot. American Heart of Poland/mat.pras.*

Zawał serca - dochodzi do niego, gdy przepływ krwi do mięśnia sercowego zostaje nagle przerwany, najczęściej przez zablokowaną tętnicę. Kluczowe objawy to silny ból w klatce piersiowej, promieniujący do ramienia, pleców lub szczęki, a także duszności, zimne poty i nudności. Szybkie wezwanie pomocy i leczenie są kluczowe, o czym niedawno przekonał się **Zbigniew Michałek „Baja”** z zespołu Golec uOrkiestra. W jaki sposób zmniejszyć ryzyko zawału mięśnia sercowego? Jak dbać o serce? Mówi o tym dr n. med. Bartosz Skwarna, ordynator Oddziału Kardiologicznego American Heart of Poland w Ustroniu.

Jak podkreśla **dr n. med. Bartosz Skwarna**, profilaktyka i wczesne rozpoznanie chorób układu krążenia są kluczowe w minimalizowaniu ryzyka poważnych incydentów kardiologicznych, takich jak zawał. W przypadku pana Zbigniewa, bardzo istotne było szybkie rozpoznanie problemu. Pacjent trafił do Polsko-Amerykańskich Klinik Serca, American Heart of Poland w Ustroniu z objawami bólu w klatce piersiowej, a badanie EKG wykonane w karetce potwierdziło zawał. W trakcie hospitalizacji wykonano koronarografię, która wykazała całkowite zamknięcie jednej z tętnic wieńcowych. Zabieg angioplastyki z implantacją stentu pozwolił na przywrócenie prawidłowego przepływu krwi w naczyniu.

**- W kolejnej dobie wykonaliśmy kolejny etap rewaskularyzacji - po dodatkowej ocenie. Okazało się, że w dalszym przebiegu tętnicy odpowiedzialnej za zawał również są zmiany miażdżycowe, które należy poszerzyć. Został implantowany jeszcze jeden stent, nie było powikłań, a obecnie pacjent czuje się dobrze, jego serce pracuje prawidłowo** - opisuje dr n. med. Bartosz Skwarna, ordynator Oddziału Kardiologicznego American Heart of Poland w Ustroniu.

## Zmiana nawyków to podstawa!

To był pierwszy incydent kardiologiczny u pana Zbigniewa. **- Kilka lat temu rzuciłem palenie papierosów i wprowadziłem aktywność fizyczną do swojego życia, głównie jeżdżę na rowerze** - mówi pacjent. **- Najważniejsza tętnica w sercu zatkała się, natomiast przez regularny trening serce wytworzyło krążenie oboczne, które doprowadziło krew do obwodowego odcinka tętnicy dozawałowej ratując mięsień sercowy w czasie zawału** - precyzuje dr n. med. Bartosz Skwarna.

Dr n. med. Bartosz Skwarna podkreśla, że do każdego pacjenta podchodzi się indywidualnie. **- Pan Zbigniew jest czynnym muzykiem i charakter pracy, jaką wykonuje, miał wpływ nawet na wybór sposobu leczenia. Pan Zbigniew gra na skrzypcach. Specjalnie zapytałem, jak bardzo ważna jest dla niego prawa ręka, ponieważ dostęp naczyniowy do naszych zabiegów jest wykonywany przez prawą tętnicę promieniową. Przy graniu na skrzypcach bardziej precyzyjna jest ręka lewa, prawa to jest siła. Myślę, że pan Zbigniew już niedługo będzie w stanie grać** - stwierdza dr n. med. Bartosz Skwarna.

**- Dziękuję całemu personelowi Oddziału Kardiologicznego - lekarzom, pielęgniarkom za wspaniałą opiekę i profesjonalne podejście do pacjenta. Czuję się tutaj otoczony znakomitą opieką** - mówi muzyk. Do słów kolegi z zespołu swoje podziękowania dołączają bracia Paweł i Łukasz Golcowie. **- Pozdrawiamy personel oraz całą kadrę Polsko-Amerykańskich Klinik Serca w Ustroniu. Chcemy wam serdecznie podziękować za to, że się opiekowaliście Zbyszkciem!** - mówią bracia Golcowie. **- To słowo „dziękuję” jest dla mnie osobiście dużą nagrodą** - podsumowuje ordynator ustrońskiego oddziału American Heart of Poland.

## Rehabilitacja pomoże w powrocie do zdrowia

Co warte podkreślenia, leczenia zawału nie kończy się w sali zabiegowej. Ważna jest również rehabilitacja kardiologiczna - pan Zbigniew przez 3 tygodnie będzie poddawany zajęciom rehabilitacyjnym, aby w pełni wrócić do swojej codziennej aktywności. W ramach programu KOS-zawał, realizowanego na Narodowy Fundusz Zdrowia, pacjent otrzymuje kompleksową opiekę przez rok po zdarzeniu kardiologicznym. Udział w kolejnych etapach rehabilitacji pomaga zmniejszyć negatywne skutki zawału serca oraz zmniejsza ryzyko ponownej hospitalizacji. Dzięki współpracy zespołu medycznego, pacjent czuje się bezpieczny, a zdrowe nawyki wykształcone w trakcie terapii obniżają ryzyko kolejnych problemów zdrowotnych.

## Lepiej zapobiegać...

Odpowiednia dieta i regularna aktywność fizyczna są kluczowe w profilaktyce chorób sercowo-naczyniowych. Koniecznie należy także zrezygnować z palenia papierosów, picia alkoholu i innych używek. Palenie jest jedną z najczęstszych przyczyn chorób układu krążenia!

**- Trzeba o siebie dbać pod względem diety, rzucić palenie, z alkoholem uważać i systematycznie uprawiać aktywność fizyczną. Zadbajcie o siebie, serce jest ważnym narządem, o który należy się troszczyć** - mówi muzyk kapeli Golec uOrkiestra.