

# Oczami niewidomego: choroby serca

Data publikacji: 18.06.2017 15:00

Żyjemy zagonieni za karierą, w ciągłym biegu i stresie. Często nie mamy czasu na chwilę odpoczynku, czasu dla rodziny, nie mówiąc o zdrowiu. Czy jednak nie warto o tym pomyśleć? Przecież wizyta u lekarza na kontrolnym badaniu raz na kilka miesięcy chyba nas nie zrujnuje?

□

Najczęściej taki tryb życia może doprowadzić nas do Choroby układu sercowo-naczyniowego. Choroby te to schorzenia serca i naczyń krwionośnych. Najczęściej występujące z nich to: nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa i zawał serca, udar mózgu, choroby naczyń obwodowych, przewlekła niewydolność serca czy zaburzenia rytmu serca. Choroby układu sercowo – naczyniowego są najczęściej występującą przyczyną zgonów w Polsce, ale i całej Europie.

Głównymi przyczynami powstawania tych zaburzeń układu są: palenie tytoniu, niezdrowe nawyki żywieniowe, mała aktywność fizyczna, zbyt wysokie ciśnienie tętnicze, niewłaściwy poziom cholesterolu czy niewłaściwy poziom glukozy we krwi.

Czym jest nadciśnienie, choroba wieńcowa, zawał serca, udar mózgu czy przewlekła niewydolność serca? Czy na pewno są to ciężkie zaburzenia naszego zdrowia?

Nadciśnienie tętnicze jest najczęstszym schorzeniem układu sercowo-naczyniowego. W Polsce dotyczy ok. 9 mln osób (badanie NATPOL), jednak jeśli ilość osób chorujących będzie tak szybko wzrastać, to do 2030 roku może wzrosnąć o połowę. Dlatego tak ważnym jest kontrolowanie pomiaru ciśnienia dwa razy w roku u lekarza rodzinnego.

Kolejnym schorzeniem jest choroba wieńcowa (choroba niedokrwienności serca) powstająca na skutek niedostatecznego zaopatrywania komórek mięśnia sercowego w tlen i substancje odżywcze w wyniku zwężenia tętnic wieńcowych. Wywołuje ją głównie miażdżycy, polegająca na powstawaniu blaszek miażdżycowych na wewnętrznej ścianie naczyń tętniczych. Objawem choroby wieńcowej jest ból w klatce piersiowej, najczęściej o tępych, rozpierającym, ściskającym charakterze.

Jeszcze udar mózgu. To uszkodzenie komórek mózgowych spowodowane wylewem krwi do mózgu z uszkodzonego naczynia tętniczego (udar krwotoczny) lub zamknięciem naczynia tętniczego i zatrzymaniem dopływu krwi do pewnego obszaru mózgu (udar niedokrwienności).

Tutaj chciałbym się zatrzymać. Trzy lata temu poznałem całkowicie niewidomego Krzysztofa ze Śląska. Mieszka sam, półtora roku temu dostał udaru mózgu. Rehabilitował się jeszcze do pierwszego kwartału tego roku. Ostatnio dowiedziałem się od niego, że amputowano mu palce i część pięty w jednej nodze.

Nie piszę tego tekstu, aby kogoś namawiać do udania się do jakiegoś konkretnego gabinetu lekarskiego. Każdy ma wybór, co chce robić, gdzie chodzić oraz albo się leczyć lub nie.

Ale zdrowie mamy jedno i warto o nie zadbać.

Andrzej Koenig