Warto wiedzieć: migotanie przedsionków

Data publikacji: 9.10.2021 13:44

Nawiązując do materiału w którym pisaliśmy o kampanii „Stop udarom" chcemy przybliżyć Państwu temat migotania przedsionków. Podczas mojego pobytu w cieszyńskim szpitalu spotkałem mieszkańca naszego powiatu/gminy borykającego się z tym schorzeniem. Nie wiedziałem, że jest to tak niebezpieczne dla ludzkiego życia. Co na ten temat wiemy?

Migotanie przedsionków to groźna choroba, która jest najczęstszym zaburzeniem rytmu serca i jednocześnie jedną z głównych przyczyn udaru mózgu. W Polsce na migotanie przedsionków cierpi ok. 600-700 tysięcy osób. Ryzyko wystąpienia migotania przedsionków zwiększa się wraz z wiekiem, migotanie przedsionków dotyczy aż 23% osób po 65. roku życia

Pomiar tętna zwiększa wykrywalność migotania przedsionków. Jeżeli tętno jest niemiarowe i wyczuwalna jest nieregularna praca serca, należy zgłosić się do lekarza – szybkie rozpoznanie choroby to szansa na skuteczniejsze leczenie.

Najczęściej występującymi objawami migotania przedsionków są:

- Szybkie i nieregularne bicie serca
- Kołatanie serca (palpitacje)
- Uczucie dyskomfortu lub bólu w klatce piersiowej
- Zawroty głowy i omdlenia
- Nadmierne pocenie się oraz nudności
- Duszność i uczucie zmęczenia
- Osłabienie wydolności fizycznej

Co zrobić aby samodzielnie zbadać Tętno? Nie potrzebujemy żadnych specjalistycznych urządzeń. Wystarczy tylko:

Chcąc zbadać tętno, najlepiej położyć drugi, trzeci i czwarty palec dłoni w niewielkim wgłębieniu na wewnętrznej stronie przedramienia (blisko kciuka), tam gdzie przebiega tętnica promieniowa. Siła ucisku powinna być niewielka, wtedy puls wyczujemy pod palcami. Należy policzyć uderzenia w ciągu 30 sekund. Tę liczbę pomnożyć przez 2 i wówczas uzyskamy częstotliwość uderzeń „na minutę".

Prawidłowe tętno powinno być regularne i mieć częstotliwość w przedziale 60-80 uderzeń na minutę. Jeżeli np. tętno zazwyczaj wynosiło ok. 65 uderzeń na minutę, a w kolejnym pomiarze pomiar wskaże tętno niemiarowe o częstości 100 uderzeń na minutę, można podejrzewać wystąpienie arytmii, np. migotania przedsionków.

Jeżeli nasze serce pracuje jak „rozregulowana perkusja" powinniśmy udać się do lekarza i poddać się badaniom wykluczającym np. arytmię serca/migotanie przedsionków.

AK, mat. Pras.