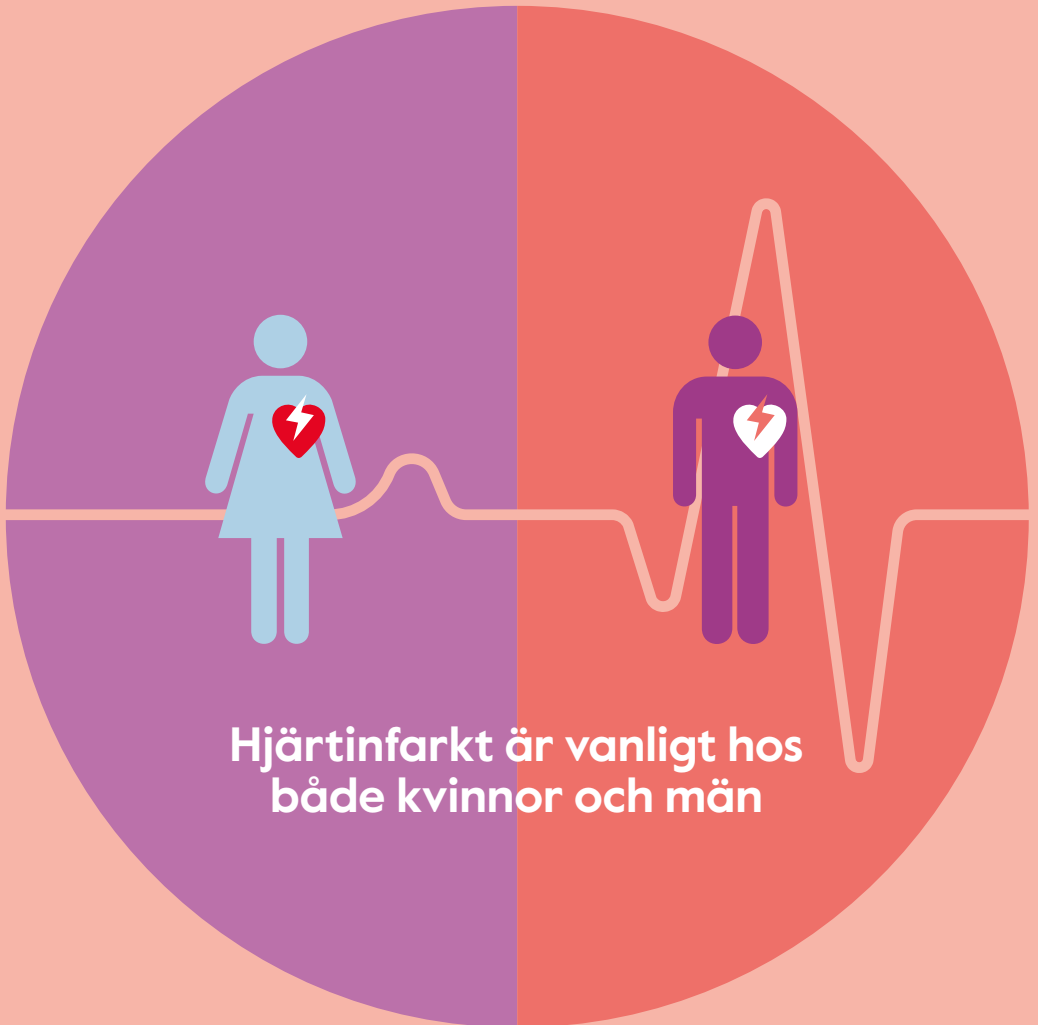


# HJÄRTINFARKT

GRUNDLÄGGANDE FAKTA OM HJÄRTINFARKT



# VAD ÄR HJÄRTINFARKT?

**VID HJÄRTINFARKT** har placket som innehåller fetthinlagringar i något av hjärtats kranskärl orsakat en förträngning som brustit. Kroppen svarar med att bilda en blodpropp som täpper till kärlet.

När kranskärlet, som försörjer själva hjärtmuskeln med syrerikt blod, är tilltäppt uppstår syrebrist i hjärtmuskeln. Om syrebristen blir långvarig dör muskelcellerna och det blir ett ärr på hjärtat.

Rökning, höga blodfetter, prediabetes, högt blodtryck, övervikt och bukfetma är några av riskfaktorerna för hjärtinfarkt.

Vid kärllkramp orsakar förträngningarna i kranskärlen tillfällig syrebrist i hjärtat och symptomen går över efter en stunds vila.

## **Hur behandlas hjärtinfarkt?**

Det viktigaste vid en akut, stor hjärtinfarkt är att snabbt öppna upp det tilltäppta kranskärlet för att få igång blod- och syretillförseln till hjärtmuskeln.

Redan i ambulansen tas ett EKG som kan skickas till sjukhuset och vid ankomst till sjukhuset tas flera blodprov. På sjukhuset görs också en röntgen av kranskärlet och om det finns en blodpropp i ett kärl eller om kranskärlet har en allvarlig förträngning görs en ballongvidgning (PCI). Samtidigt

sätts ett litet metallnät, en stent, in i kärlet för att förhindra nya förträngningar.

I vissa fall görs en bypassoperation i stället för PCI. Flera olika läkemedel ges för att förhindra nya proppar, minska smärtan, sänka blodtrycket, förebygga hjärtrytmrubbningar och för att sänka blodfetter.

## **Kan jag leva som vanligt igen?**

De flesta börjar arbeta igen efter tre – fyra veckors sjukskrivning och kan återgå till ett normalt liv med bilkörning, resor och sexuellt samliv. Det är dock avgörande att man genomför de livsstilsförändringar som läkaren ordinerat som rökfrihet, regelbunden fysisk träning och nyttig kost. Det är också viktigt att blodtryck och blodfetter hålls på en låg nivå, varför patienten måste ta sina mediciner enligt läkarens ordination. Eftersom stress ökar risken för hjärtsjukdom är det också viktigt att minska stressen i vardagen, prioritera det som är viktigast och säga nej till annat.

Oro är vanligt efter en hjärtinfarkt, men brukar försvinna efter ett par veckor. Om oron övergår i nedstämdhet och ångest bör man emellertid snabbt få diagnos och behandling. Vårdpersonalen kan lotsa dig rätt.

## FAKTA OM HJÄRTINFARKT

Antalet hjärtinfarkter fortsätter att minska i Sverige, enligt statistik från Socialstyrelsen.

### SYMPTOM

- ▶ Tryckande eller sprängande smärta mitt i bröstet.
- ▶ Smärtan kan stråla ut till den ena eller båda armarna, eller till hals, nacke, käkar, mage eller rygg.
- ▶ Ibland är smärtan kombinerad med hjärtklappning, illamående, kallsvettning, yrsel, andnöd och ångest.
- ▶ Vid kärlekskramp uppstår smärtan vid fysisk eller psykisk ansträngning och försvinner efter några minuters vila.



Cirka 4 000 avlider årligen i hjärtinfarkt.



## 20 300

Cirka 20 300 personer drabbas varje år av hjärtinfarkt.



## DIN GÅVA BEHÖVS!

Den här skriften är möjlig att ta fram och erbjudas kostnadsfritt till dig tack vare gåvor till Hjärt-Lungfonden. Gåvorna används också till ett stort antal viktiga forskningsprojekt som kommer att hjälpa många som drabbas av hjärt-, kärl- och lungsjukdomar. Om du uppskattar den här skriften och tycker att forskning är viktigt, bli månadsgivare! Det gäller oss alla.

**Bli månadsgivare och stöd livsviktig forskning!**  
**Ge 100 kr i månaden.**

Du kan bli månadsgivare via bankID på vår webb, scanna QR-koden här bredvid.

