

## RATOWANIE OSOBY, U KTÓREJ WYSTĄPIŁ ZAWAŁ SERCA

Zawał serca to martwica mięśnia sercowego, powstająca na skutek ustania dopływu krwi z powodu niedrożności naczynia wieńcowego. Najczęstszą przyczyną zawału serca jest nagłe niedotlenienie części mięśnia sercowego, np. przez zamknięcie skrzepliny jednej z tętnic wieńcowych. Zawał mięśnia sercowego występuje na ogół po 40. roku życia, częściej u mężczyzn niż u kobiet, zwłaszcza u osób otyłych z nadciśnieniem tętniczym.

### CZYNNIKI RYZYKA ZAWAŁU SERCA:

- ▶ starzenie się,
- ▶ płeć męska,
- ▶ palenie tytoniu,
- ▶ nadciśnienie tętnicze,
- ▶ brak aktywności fizycznej,
- ▶ wysoki poziom cholesterolu,
- ▶ osobowość typu A.

### OBJAWY

- ▶ Odczuwalny bardzo silny ból w klatce piersiowej, nieustępujący po odpoczynku i po zażyciu nitrogliceryny.
- ▶ Piekący ból dławiący, rozpierający i promieniujący do żuchwy i lewej kończyny górnej (lub obu), lęk przed śmiercią, duszność.
- ▶ Niepokój w okolicy brzusznej może przypominać ciężką niestrawność.
- ▶ Skóra staje się bladoszara, pokrywa się lepkiem potem, a wargi sinieją.
- ▶ Występuje spadek ciśnienia tętniczego i zaburzenie tętna.
- ▶ Może wystąpić pobudzenie ruchowe, dźwięczenie w uszach i niemożność mówienia.

### Postępowanie z osobą, u której wystąpił zawał serca

- ▶ Zorganizowanie natychmiastowej pomocy lekarskiej i transportu do szpitala.
- ▶ Posadzenie chorego w pozycji półsiedzącej z podparciem głowy i barków lub położenie w pozycji, w której najłatwiej mu oddychać.
- ▶ Rozluźnienie części garderoby uciskających ciało chorego.
- ▶ Zapewnienie ciszy, spokoju i świeżego powietrza.
- ▶ Zminimalizowanie ruchów chorego.
- ▶ Kontrolowanie czynności życiowych chorego (co 1 min), podanie tabletki nitrogliceryny pod język.
- ▶ Zapewnienie komfortu termicznego.