



Infarkts!

Miokarda infarkts ir pēkšņa un kritiska asins plūsmas samazināšanās kādā sirds muskuļa daļā.

Aptaujas dati liecina, ka:


4 no 5
cilvēkiem zina, kas ir miokarda infarkts


98% cilvēku zina, ka, atpazīstot simptomus, nekavējoties jāizsauc NMPD

~ 3/4 
iedzīvotāju tikai daļēji zina simptomus, bet būtu gatavi izsaukt medicīnisko palīdzību

TOMĒR


Katrs piektais nezina, kas ir miokarda infarkts

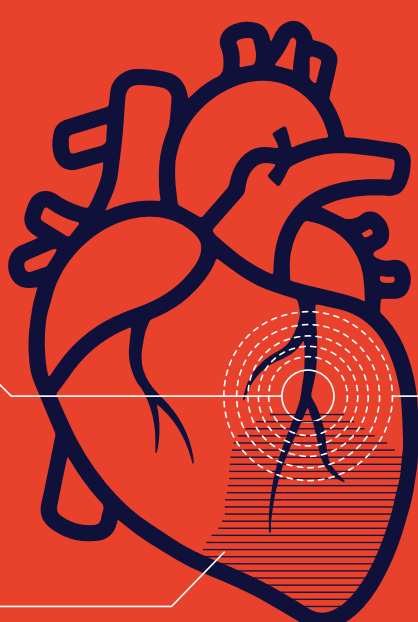

46% iedzīvotāju nezina, kādas sāpes raksturīgas miokarda infarktam


40-60
Vecumā no 40 līdz 60 gadiem par miokarda infarktu ziņošākas ir sievietes

* 2021.gada oktobrī SPKC un pētījumu aģentūras "Norstat" organizētā socioloģiskā aptauja par insultu un miokarda infarktu. Aptaujā piedalījās 709 respondenti.

Kā norit miokarda infarkts?

1
Tiek nosprostota sirds muskuli apasiņojoša artērija (piemēram, ar trombu)



2
Asins plūsma uz kādu no sirds muskuļa daļām samazinās vai pat apstājas

3
Sirds muskuļu audos rodas skābekļa trūkums

4
Ja ātri netiek sniegta palīdzība, var rasties paliekošs bojājums vai iestāties nāve



Akūts miokarda infarkts ir **viens no izplatītākajiem nāves cēloņiem Latvijā**

<65

Vidēji katrs piektais (22%) no akūta miokarda infarkta mirušais ir jaunāks par 65 gadiem



No akūta miokarda infarkta Latvijā ik gadu mirst **vairāk nekā 800 iedzīvotāju**



2020. gadā no infarkta **tika ārstēti 2922 cilvēki**

Veselības statistikas datubāze, 2020.

Kā atpazīt infarktu?

Akūta miokarda infarkta biežākās pazīmes, kas var būt dažādās kombinācijās:



Jebkāda veida **pēkšņas** sāpes krūtīs, mugurā, rokās vai apakšzoklī

Uzmanību: akūts miokarda infarkts var noritēt arī bez izteiktām sāpēm!



Elpas trūkums, svīšana

Sirdsklauves
Trauksme, nāves bailes



Galvas reibonis
Pārmērīgs nogurums
Slikta dūša, vemšana



Nekavējoties izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību, zvani 113

Ieteikumi infarkta riska mazināšanai



Sabalansēts uzturs



Regulāras fiziskās aktivitātes



Optimāls ķermeņa svars



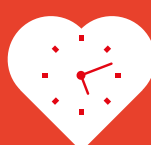
Regulāra asinsspiediena kontrole



Smēķēšanas pārtraukšana



Regulāra cukura un holesterīna līmeņa kontrole



Laiks ir dzīvība



Veselības ministrija



Slimību profilakses un kontroles centrs



LĪKS