

## Επτά νοσήματα που αρρωσταίνουν την καρδιά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ποιες είναι οι

ασθένειες που αυξάνουν για τους πάσχοντες τον κίνδυνο εκδήλωσης καρδιαγγειακών προβλημάτων

*Ρεπορτάζ: Ρούλα Τσουλέα*

Οι πάσχοντες από ορισμένα νοσήματα διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να εκδηλώσουν καρδιαγγειακά προβλήματα και γι' αυτό πρέπει να λαμβάνουν μέτρα, σύμφωνα με τις νέες κατευθυντήριες οδηγίες για την πρόληψη της καρδιαγγειακής νόσου τις οποίες εξέδωσαν από κοινού η Ευρωπαϊκή Καρδιολογική

Εταιρεία και άλλες εννέα επιστημονικές ενώσεις.

Η πρόληψη έχει ζωτική σημασία διότι «έχει υπολογιστεί ότι ακόμα κι αν μειωθεί κατά μόλις 1% ο κίνδυνος που διατρέχει ο γενικός πληθυσμός, θα αποτρέπονται ετησίως χιλιάδες καρδιαγγειακά επεισόδια και θα εξοικονομούνται δεκάδες εκατομμύρια ευρώ», λέει ο καρδιολόγος δρ Δημήτρης Ρίχτερ, πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Λιπιδιολογίας, διευθυντής της Β' Καρδιολογικής Κλινικής της Ευρωκλινικής Αθηνών και μέλος της ομάδας των εμπειρογνομόνων που συνέταξαν τις νέες οδηγίες.

Σύμφωνα με τις οδηγίες, η πρόληψη πρέπει να είναι δύο ειδών:

\* Σε πληθυσμικό επίπεδο. Προτείνονται αυστηρότεροι νόμοι και πολιτικές σε επίπεδο διατροφής, καπνίσματος, φυσικής δραστηριότητας και ποιότητας του ατμοσφαιρικού αέρα.

\* Σε ατομικό επίπεδο. Προτείνεται αποφυγή της παχυσαρκίας, συστηματική φυσική δραστηριότητα, προσεγμένη διατροφή και αποφυγή του καπνίσματος, αλλά ειδικά οι πάσχοντες από ορισμένα νοσήματα πρέπει να λαμβάνουν πρόσθετα μέτρα.

Να ποια είναι τα νοσήματα που αυξάνουν τον καρδιαγγειακό κίνδυνο από μόνα τους - ανεξάρτητα από τυχόν άλλους παράγοντες κινδύνου - και τι πρέπει να προσέχουν οι ασθενείς:

1. Χρόνια νεφρική νόσος. Προκαλεί αγγειακές βλάβες, ανεξάρτητα από τους άλλους παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου. Οι ασθενείς πρέπει, αναλόγως με το στάδιο της νεφρικής ανεπάρκειας, να θεωρούνται ως υψηλού ή πολύ υψηλού κινδύνου για καρδιαγγειακή νόσο και να τους προτείνονται οι κατάλληλες προληπτικές παρεμβάσεις.

2. Περιοδοντίτιδα. Μελέτες έχουν δείξει ότι η περιοδοντική νόσος σχετίζεται με την αθηρωμάτωση και με τη στεφανιαία νόσο καθ' εαυτήν, καθώς και ότι τα βακτήρια της οδοντικής πλάκας που βλάπτουν τους ιστούς του στόματος σχετίζονται με την εξέλιξη της αθηρωμάτωσης. Είναι πιθανό η αντιμετώπιση της περιοδοντίτιδας να σταματά την εξέλιξη αυτή.

3. Καρκίνος. Οι επιζήσαντες του καρκίνου είναι μία αυξανόμενη πληθυσμική ομάδα και οι περισσότεροι νικούν τον καρκίνο με τη βοήθεια χημειοθεραπείας ή/και ακτινοθεραπείας. Οι θεραπείες αυτές σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης καρδιαγγειακής νόσου, αναλόγως με το είδος των φαρμάκων και τις χορηγούμενες δόσεις.

Στους ασθενείς με καρκίνο συνιστάται να ελέγχονται για καρδιακή δυσλειτουργία πριν και περιοδικά στη διάρκεια της αντικαρκινικής θεραπείας. Οσοι είναι υψηλού κινδύνου πρέπει να αρχίζουν την προληπτική λήψη καρδιοπροστατευτικής φαρμακευτικής αγωγής (λ.χ. με στατίνες, β-αναστολείς κ.λπ.) πριν υποβληθούν στις αντικαρκινικές θεραπείες διότι έτσι μειώνονται σημαντικά οι καρδιαγγειακές επιπλοκές.

4. Αυτοάνοσα νοσήματα. Η ρευματοειδής αρθρίτιδα, η αγκυλοποιητική σπονδυλαρθρίτιδα και η ψωρίαση αυξάνουν σημαντικά τον κίνδυνο εκδήλωσης καρδιαγγειακού επεισοδίου. Η χορήγηση στατινών (σ.σ. τα φάρμακα για τη χοληστερόλη) στους ασθενείς αυτούς φαίνεται ότι είναι ιδιαίτερα καρδιοπροστατευτική.

5. Στυτική δυσλειτουργία. Η στυτική δυσλειτουργία φαίνεται πως αποτελεί πρώιμη ένδειξη μελλοντικού καρδιαγγειακού επεισοδίου (λ.χ. έμφραγμα, εγκεφαλικό), το οποίο κατά μέσον όρο εκδηλώνεται μέσα στα επόμενα τρία χρόνια. Η άμεση επίσκεψη στον καρδιολόγο ή τον παθολόγο και η ρύθμιση των παραγόντων κινδύνου, σε συνδυασμό με τη διακοπή του καπνίσματος, μπορούν να προλάβουν τέτοιου είδους επεισόδια.

6. Υπνική άπνοια. Σχετίζεται άμεσα με την εμφάνιση υπέρτασης, κολπικής μαρμαρυγής και καρδιακής ανεπάρκειας. Η απώλεια βάρους και η χρήση της ειδικής μάσκας συνεχούς θετικής πίεσης στη διάρκεια του ύπνου μειώνουν σημαντικά τον κίνδυνο για καρδιαγγειακό επεισόδιο.

7. Γρίπη. Υπάρχει άμεση συσχέτιση του εμφράγματος με τις λοιμώξεις του αναπνευστικού, ιδίως σε εποχές όπου υπάρχει επιδημία γρίπης. Η γρίπη μπορεί να προκαλέσει ένα καρδιαγγειακό επεισόδιο. Μελέτες δείχνουν ότι την εποχή της γρίπης αυξάνονται τα εμφράγματα, ενώ ο κίνδυνος εμφράγματος και εγκεφαλικού είναι τετραπλάσιος ύστερα από μία λοίμωξη του αναπνευστικού, ιδίως κατά το πρώτο τριήμερο. Συνιστάται στα άτομα με στεφανιαία νόσο να συζητούν με τον καρδιολόγο τους το ενδεχόμενο ετήσιου αντιγριπικού εμβολιασμού.

**Πηγή :** [TA NEA Ένθετο Υγεία- ygeia.tanea.gr](http://TA.NEA.Ενθετο.Υγεία- ygeia.tanea.gr)