



PRVNÍ POMOC 10. 11. 2016

## Infarkt myokardu

**Typickými příznaky jsou: náhlá a intenzivní bolest na hrudi (tlak, píchání, pálení pod hrudní kostí) bolest může z hrudníku vystřelovat do dolní...**

Infarkt myokardu je jedním z možných projevů nemoci zvané ischemická choroba srdeční. Toto závažné onemocnění je nejčastější kardiovaskulární chorobou, zejména v naší republice, která je bohužel na předních příčkách mezi evropskými zeměmi. Ischemická choroba srdeční je porucha prokrvení srdce. Příčinou jsou zúžené srdeční tepny. Ty se u pacientů v průběhu života postupně zužují, až může dojít k úplnému uzavření tepny (ateroskleróza). Infarkt myokardu je pak akutním stavem, při kterém dochází k odumření části srdeční svaloviny většinou kvůli ucpání krevní sraženinou. Výjimečně může být příčinou také zánět tepny nebo spasmus. Rozsah tohoto postižení může být různý, výjimkou není ani smrt. Velikost odumřelé srdeční svaloviny je různá, a to v závislosti na místě a velikosti uzavřené tepny.

Při infarktu myokardu **jde vždy o čas**. Ten představuje klíčový faktor pro záchranu života postiženého. Naprosto zásadní otázkou je, jak rychle bude poskytnuta první pomoc. První pomoc při infarktu myokardu je zcela rozhodující. Postižený může přežít, ale také nemusí. Infarkt myokardu postiženého vždy přímo ohrožuje na životě.

### **Akutní infarkt myokardu - příznaky a projevy**

Typickými příznaky jsou:

- náhlá a intenzivní bolest na hrudi (tlak, píchání, pálení pod hrudní kostí)

- bolest může z hrudníku vystřelovat do dolní čelisti, zubů, do horních končetin, ale i do zad nebo do břicha
- bolest na hrudi provází také slabost a pocit úzkosti
- zvýšené pocení a postupný rozvoj šoku

Bolest se dostavuje náhle, **typicky v klidovém stavu**, velmi často i během spánku. U části nemocných proběhne infarkt myokardu jako klinicky nemá příhoda bez jakýchkoliv příznaků.

## První pomoc při infarktu myokardu

Postiženého, u kterého máme být jen podezření na infarkt myokardu, posadíme do polosedu, podložíme mu hlavu, kolena mají být pokrčená. Postiženému uvolníme oděv kolem krku, hrudníku i v pase.

### Neprodleně voláme zdravotnickou záchrannou službu na tel. 155!

Postiženého nepouštíme z dohledu. Zajistíme, aby se zbytečně nepohyboval. Je nutné **minimalizovat srdeční námahu**. Postiženému můžeme dát vypít Aspirin rozpuštěný ve vodě. Tento postup může pomoci zastavit zvětšování krevní sraženiny, protože dochází k ředění krve.

Pokud má postižený u sebe **nitroglycerin**, podejte jej! Osoby s nemocným srdcem by u sebe měly nosit nitroglycerin v tabletách nebo ve spreji. Sprej se stříká pod jazyk, tablety se nechají pod jazykem rozpustit (1/2 až 1 tableta). Tento postup lze opakovat po 5 minutách znovu. Pokud po třetí aplikaci nitroglycerinu potíže neustoupí, okamžitě volejte rychlou zdravotní pomoc!

U postiženého může dojít k rozvoji šoku, zajistěte mu teplo, uklidňujte jej, vlhčete rty. **Nepodávejte žádné tekutiny ani tisíce léky!** (Příznaky šoku jsou bledost, studený pot, slabě hmatný tep, zrychlené dýchání, zmatenost nebo netečnost, případně spavost.)

Postižený upadá do **bezvědomí** - má slabě hmatný nebo nehmatný tep, dýchá nepravidelně nebo nedýchá vůbec, lapá po dechu nebo nereaguje na podněty, ztrácí vědomí, je ohrožen na životě! V takovém případě položte postiženého na záda a **zahajte nepřímou masáž srdce!**

### Masáž srdce provádíme takto:

- dlaň jedné ruky položit palcovou stranou dlaně na střed hrudní kosti
- na hřbet této ruky položit druhou ruku
- naklonit se horní polovinou těla nad postiženého s napjatými lokty
- rytmicky stlačovat hrudník do hloubky cca 6-8 cm
- frekvence je asi 100 stlačení za minutu (2 za sekundu)
- s masáží srdce pokračujte až do příjezdu lékaře!

*Poznámka: V případě infarktu myokardu **vždy volejte sanitku**. Nedoporučuje se transport postiženého do nemocnice svépomocí! Postiženého je třeba nést na nosítkách, stále musíme mít na paměti, že jeho pohyb musíme omezit na minimum. První pomoc tímto postupem neurychlíme, a v případě vzniku náhlé zástavy oběhu nejsme schopni v osobním voze adekvátní první pomoc ani poskytnout. U osob s infarktem myokardu je určitá pravděpodobnost, že dojde k fibrilaci komor. To znamená, že srdce mechanicky pracuje, ale srdeční svaly se stahují nekoordinovaně a nezávisle na sobě. Krev tak není vypuzována do krevního oběhu, postižený upadá do bezvědomí a nachází se ve stavu klinické smrti. Pokud se nepodaří krevní oběh obnovit do 10 -15 minut, nastává i biologická smrt. **Náhlá zástava oběhu** postihuje odhadem 10% osob s infarktem myokardu. První pomoc lze v případě fibrilace komor řešit pouze elektrickou defibrilací.*

# Infarkt myokardu za volantem

Je důležité si říci také to, jak správně reagovat, pokud akutní infarkt myokardu postihne přímo nás samotné. Pokud jsme sami, zavoláme okamžitě rychlou lékařskou pomoc. Pokud jsme na ulici, pokusíme se také rychle upoutat pozornost kolemjdoucích. Pokud nás bolest na hrudi postihne v autě, nesnažíme se dojet sami do nemocnice, i kdyby byla nedaleko! **Odstavíme vozidlo** a neprodleně voláme tel. 155 nebo na sebe jakkoli upoutáme pozornost lidí kolem! Pokud u sebe máme indikované léky, odstavíme vozidlo a léky ihned užijeme.

## NÁŠ TIP:

**Přečtěte si také, [jak poznat mozkovou mrtvici](#) a [jak při ní poskytnout první pomoc!](#)**

## Jak předcházet infarktu?

Jak jsme již uvedli, **kardiovaskulární onemocnění** dnes patří v naší populaci k typickým civilizačním chorobám a hranice věku se díky nevhodné životosprávě stále posouvají. Nejohroženější vznikem infarktu jsou **muži nad 50 let**. U těch se infarkt myokardu vyskytuje o něco častěji, než u žen. Kardiovaskulární onemocnění se ale bohužel týkají také čím dál mladších lidí. Předějit vzniku infarktu lze i tím, že osoba s anginou pectoris nebo s ischemickou chorobou srdeční aplikuje nitroglycerin preventivně v případech, kdy tuší, že bude vystavena větší fyzické námaze, velkému horku nebo chladu, případně dalším faktorům, o kterých ví, že zhoršují srdeční onemocnění.

## Jaké jsou klíčové faktory ovlivňující infarkt myokardu?

- genetické dispozice
- nadměrná srážlivost krve
- špatná životospráva - zejména strava bohatá na tuky
- nedostatek pohybu
- stres
- obezita
- kouření
- vysoký cholesterol, vysoký krevní tlak, cukrovka

Tyto faktory, zejména jejich kombinace, **významně zvyšují riziko**, že infarkt myokardu postihne právě nás. Vzhledem k tomu, jak časté je toto závažné onemocnění, je dobré se občas zamyslet nad tím, jestli pro své zdraví nemůžeme udělat víc.

Pokud nás infarkt myokardu již postihl, musíme k medikamentózní léčbě přidat protisklerotickou dietu, snížit nadváhu, přestat kouřit, zařadit do denního režimu pravidelnou pohybovou aktivitu a stále nosit u sebe léky, abyste byli schopni rychle zakročit pro případ další srdeční příhody. **Není nic důležitějšího, než rychlá a účinná první pomoc při infarktu myokardu!**