

Οι αρρυθμίες και η ποιότητα ζωής

Οι διαταραχές του καρδιακού ρυθμού, γνωστές ως αρρυθμίες, μπορεί να είναι ανώδυνες και ακίνδυνες, αλλά και πιο σοβαρές. Σε κάθε περίπτωση, τα συμπτώματα από την καρδιά προκαλούν ανησυχία στον ασθενή. Αυτό που πρωτίστως θα εξετάσει ο καρδιολόγος είναι κατά πόσο η αρρυθμία είναι επικίνδυνη για τη ζωή του ασθενή και πώς μπορεί να καλυτερεύσει την ποιότητα ζωής του.

Η αλήθεια είναι ότι οι περισσότεροι από εμάς έχουμε αισθανθεί σε κάποια στιγμή της ζωής μας αρρυθμίες. Ένα μεγάλο ποσοστό από αυτές θεωρούνται αθώες με την έννοια ότι δεν μειώνουν το προσδόκιμο ζωής. Το σύμπτωμα που παρατηρείται πιο συχνά είναι ένα στιγμιαίο σταμάτημα της καρδιάς ή φτερουγίσμα το οποίο μπορεί να προκαλέσει ζάλη ή βαθιά εισπνοή. Αυτά συνήθως εμφανίζονται όταν ο ασθενής ηρεμεί, μετά από μια κουραστική μέρα, ή όταν ξαπλώνει στην αριστερή πλευρά. Αυτές λέγονται έκτακτες συστολές και παρόλο που ως επί το πλείστον είναι αθώες αρρυθμίες, αν εμφανίζονται συχνά επηρεάζουν σημαντικά την ποιότητα ζωής των ασθενών.

ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ

Ιδανικά, σε κάθε ασθενή που παραπονιέται για αρρυθμίες πρέπει να γίνει κάποια διερεύνηση. Αυτό μπορεί να είναι μια απλή επίσκεψη και κλινική εξέταση και εφόσον κριθεί απαραίτητο, καταγραφή και συσχέτιση του συμπτώματος με ηλεκτροκαρδιογράφημα, ή με συσκευή καταγραφής ρυθμού. Τότε και μόνο ο γιατρός είναι σε θέση να πει με βεβαιότητα στον ασθενή αν υπάρχει κίνδυνος, τι είναι αυτό που προκαλεί την αρρυθ-

μία, αν θα συνεχίσει ή όχι και ποιες είναι οι θεραπευτικές επιλογές.

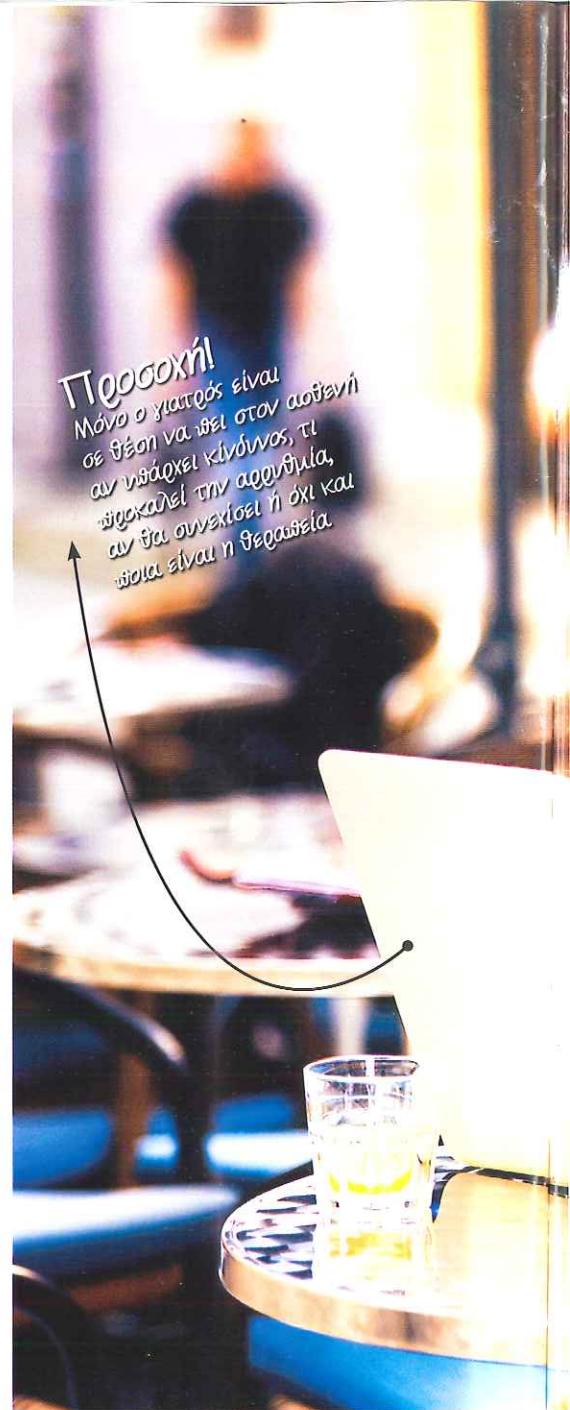
ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Πώς μπορεί όμως μια αρρυθμία να επηρεάσει την ποιότητα ζωής του ασθενή και τι συμπτώματα μπορεί να έχει; Το αίσθημα παλμών είναι η συχνότερη ενόχληση, μπορεί όμως να εμφανιστούν και άλλα συμπτώματα όπως δυσκολία στην αναπνοή, κούραση, αδυναμία, πόνος στο στήθος, ζάλη και λιποθυμία.

ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ Η ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

Ο ασθενής με αρρυθμίες είναι γενικά πολύ ταλαιπωρημένος. Υπολογίζοντας ένα μέσο όρο 70 παλμούς το λεπτό η καρδιά χτυπά περίπου 100,000 φορές σε μια μέρα. Είναι συνεπώς κατανοητό ότι αν κάποιος αισθάνεται την αρρυθμία του θα είναι καθημερινά πολύ δυστυχής. Υπάρχει συνήθως ένα επηρεασμένο ψυχολογικό υπόστρωμα που συχνά ξεγελά τους γιατρούς και στην προσπάθεια να ηρεμήσουν ή να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής των ασθενών τους, οδηγούνται σε εσφαλμένες προσεγγίσεις συνταγογραφώντας αγχολυτικά ή αντικαταθλιπτικά φάρμακα. Η προσέγγιση αυτή προσωρινά δίνει μια λύση αλλά μακροχρόνια συνήθως δεν λειτουργεί σωστά και μάλλον οδηγεί σε χειρότερου-

Προσοχή!
Μόνο ο γιατρός είναι σε θέση να πει στον ασθενή αν υπάρχει κίνδυνος, τι προκαλεί την αρρυθμία, αν θα συνεχίσει ή όχι και ποια είναι η θεραπεία.



ση της ποιότητας ζωής του ασθενή και εξάρτηση από φάρμακα. Το άγχος ή η κατάθλιψη πρέπει να αντιμετωπίζονται από λειτουργούς υγείας της κατάλληλης ειδικότητας.

ΟΙ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Αντιμετωπίζοντας έναν ασθενή με έντονα συμπτώματα από μια θεωρητικά αθώα αρρυθμία, το πρώτο βήμα πρέπει είναι ο καθησυχασμός. Σε κάποιους αυτό και μόνο μπορεί να είναι αρκετό για να συνεχίσουν χωρίς άγχος τη ζωή τους. Όμως, σε ένα μεγάλο ποσοστό ασθενών ο καθησυχασμός δεν λειτουργεί. Σε αυτούς τότε πρέπει να δοθούν άλλες επιλογές. Αυτές μπορεί να είναι φαρμακευτική αγωγή προσωρινή ή όχι, ή η εναλλακτική λύση της ηλεκτροφυσιολογικής μελέτης και κα-