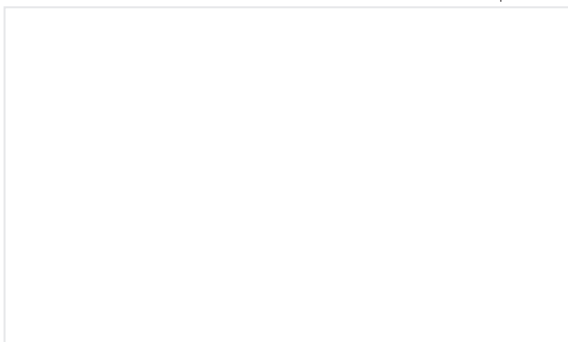




Za daljnje informacije  
Vam rado stojimo na Raspolaganju.  
Srdačni pozdravi, Vaš  
Tim iz prakse:





# Motor formule 1 u našim prsima

*Dvije pumpe s jednim kućištem u kompaktnoj građi. Tehnika s više ventila, ovjes bez trenja i integrirani softver upravljanja. Najfinija tehnika, 70 godina i više bez održavanja i pouzdana.*

*Što je to? Točno: naše srce. Ima veličinu samo jedne šake ali tokom jednog života pokreće količinu tekućine koja bi napunila 46 najvećih spremnika za ulje na svijetu. Solidni pogon bez većih slabosti. Ali: slabo potrošiv samo uz dobru njegu.*



## Kad motor zapne

Nekome se dogodi na ulici, nekome u snu. Svake godine mnogo muškaraca i žena oboli od srčanog infarkta. Oko polovica njih preživi napad.

Nagla srčana smrt („Sudden Death“) snalazi čak i vrhunske sportaše kao što su profesionalni nogometaši ili hokejaši ili trkači. Skoro uvijek dijagnoza glasi: ranije oštećeno srce koje je izloženo velikom naporu.

Oboljenja srčanih krvnih žila, pojačana upala srčanih mišića zbog infekcije ili genetski uvjetovano zadebljanje stijenke srčanih mišića mogu biti krivci. Daljnji rizični faktori: pušenje, visoki srčani tlak, prekomjerna težina, loša prehrana, dijabetes, visoka razina kolesterola.

O infarktu se govori kada se zaustavi opskrba krvi u srcu. Za to postoje dva uzroka: Taloženje kolesterola na stjenkama srčanih krvnih žila sve dok kroz njih više ne može prolaziti dovoljno krvi kako bi se tkivo opskrblilo kisikom.

I **upalni procesi** i povećano zgrušavanje krvi mogu dovesti do akutnog infarkta. Neki od navedenih rizika kao što su pušenje, nedovoljno kretanje i nezdrava prehrana mogu utjecati na to da se masne čestice uhvate za stijenku arterije i tamo se promijene. Masnoća postaje „užegnuta“ i uzrokuje upalu. Fagociti imunološkog sustava preuzimaju masnoću i probavljaju je. S vremenom se stvara naslaga od probavljenih čestica kolesterola i fragmenata izumrlih stanica, koji su samo tankim staničnim slojem odvojeni od krvnih žila – plak.

Opasnost nastaje onda kada se taj sloj koji razdvaja raspukne. Ukoliko je plak slobodan aktivira se proces zgrušavanja krvi. Od prirodnih ljepila i stanica stvara čep koji zatvara srčanu krvnu žilu. Mišićno tkivo koje se nalazi iza začepjenja više nije prokrvljeno i odumire. Posljedica: infarkt (srce) ili moždani udar (mozak).

## Koliki je Vaš osobni rizik?

Medicinari za to koriste jednu usporedbu: puno ljudi svaki tjedan igra loto – u nadi da će dobiti veliki dobitak. Pritom se šanse kreću u milijuntom području.

Vjerojatnost da ćete oboljeti od srčanog infarkta je za nekoliko tisuća puta veća.

Čak i srčani infarkt oca udvostručava rizik. Srčani infarkt kod majke čak i nešto više.

Ako se kod samo jednog čovjeka spoji više faktora rizika, vjerojatnost za infarkt dolazi brzo do 1 naprema 50 ili više. Prije svega s povećanjem starosne dobi nitko se više ne može osloniti na to da će pripadati onim 49 od 50 osoba koje to neće pogoditi.

## Predvidjeti srčani infarkt ili moždani udar: Da, to je moguće

Vaš individualni rizik može se dobro procijeniti pomoću testiranja na srčani/moždani udar. Pritom se ispituju mnoge laboratorijske vrijednosti koje imaju veliku ulogu pri nastajanju bolesti srca i krvnih žila, na primjer gustoća krvi, krvni šećer kao i bjelanjčevine koje se pojačano proizvode kod upala ili sudjeluju u transportu masti u krvi.

**Naša molba:**  
**Postanite aktivni, kako biste odlučno smanjili opasnost od infarkta. Ni jedan drugi organ nije tako bitan, tako važan za život i tako vitalan. Dobro ga pazite.**