

Angină

Angina, uneori denumită angină pectorală, este un simptom. Este o durere sau un sentiment inconfortabil atunci când fluxul de sânge către inimă este redus. Nu este periculoasă, dar poate fi un semn al unei probleme cardiace, cum ar fi boala coronariană.

De obicei, se simte în piept. Unii oameni simt durerea în braț, gât, stomac, spate sau maxilar.

Pe această pagină

Simptomele anginei

Obținerea ajutorului

Tipuri de angină

Simptome anginei la bărbați și femei

Cauzele anginei

Factori de risc pentru angină

Diagnosticarea anginei

Tratarea anginei

Viața de zi cu zi cu angină

Cercetarea durerii toracice

Simptomele anginei

Angina se manifestă diferit de la o persoană la alta. Angina se simte, de obicei, ca o presiune, o senzație de strângere sau stoarcere în piept. Acest lucru se poate simți dureros sau ca o durere surdă. S-ar putea să o simțiți și în umeri, brațe, gât, maxilar, spate sau stomac.

Printre alte simptome ale anginei, putem enumera:

- senzație de extenuare (oboseală)
- amețea
- transpirație
- senzația de rău
- dificultăți de respirație.

Obținerea ajutorului

Dacă nu ați fost diagnosticat(ă) cu angină pectorală și aveți dureri în piept care se opresc după câteva minute de odihnă, solicitați o programare urgentă la medic.

Dacă durerea nu se oprește după câteva minute de odihnă, sunați imediat la 999, deoarece este posibil să aveți un atac de cord.

Dacă ați fost diagnosticat(ă) cu angină pectorală, dar vă simțiți mai rău, durerea se întâmplă mai des sau s-a schimbat în orice fel, discutați cu medicul dumneavoastră cât mai curând posibil.

Dacă durerea toracică nu se oprește după câteva minute de odihnă și una sau două doze de medicament nitrat, ar trebui să sunați imediat la 999, deoarece acest lucru ar putea fi un atac de cord.

Tipuri de angină

Există mai multe tipuri de angină pectorală, inclusiv:

- angină stabilă
- angină instabilă
- angina vasospastică
- angina microvasculară.

Angină stabilă

Acesta este cel mai frecvent tip de angină pectorală. Tinde să apară atunci când inima lucrează mai mult, cum ar fi atunci când urcați, și dispare atunci când vă odihniți.

De obicei, veți ști când este posibil să apară, iar durerea sau disconfortul sunt similare cu cele pe care le-ați avut înainte.

Angina stabilă durează cinci minute sau mai puțin și se îmbunătățește dacă vă odihniți sau luați medicamentele.

Angină instabilă

Angina instabilă se poate simți diferit de simptomele normale ale anginei. Se poate întâmpla chiar și atunci când vă odihniți. Angina instabilă se simte mai severă și durează mai mult. Simptomele s-ar putea să nu se îmbunătățească atunci când vă odihniți sau luați medicamente.

Dacă simptomele nu se îmbunătățesc atunci când vă odihniți să luați medicamente, ar trebui să sunați imediat la 999.

Angina vasospastică

Cunoscută și sub denumirea de spasm al arterei coronare sau angina Prinzmetal, angina vasospastică este rară. Se poate întâmpla în timpul nopții când vă odihniți, când o arteră coronariană care furnizează sânge și oxigen inimii intră în spasm și se îngustează sau se strânge și nu permite trecerea unei cantități normale de sânge.

Angina microvasculară

Angina microvasculară (cunoscută și sub denumirea de sindromul cardiac X) se întâmplă de obicei atunci când sunteți sub presiune fizică, cum ar fi atunci când faceți exerciții fizice sau ați fost stresat(ă) sau anxios (anxioasă). Durerea este adesea cauzată de spasme în cele mai mici artere coronare care restricționează fluxul sanguin.

Simptome anginei la bărbați și femei

Atât bărbații, cât și femeile pot prezenta aceleași simptome de angină pectorală. Acestea includ dureri "clasice" în piept și dureri în maxilar, gât, spate sau burtă.

Cu toate acestea, în general, femeile sunt mai predispuse decât bărbații să dezvolte:

- simptome mai puțin frecvente cum sunt senzația de rău, transpirație, amețeală și lipsă de aer
- angină microvasculară – spasme în cele mai mici artere coronare.

Cunoașterea tuturor simptomelor vă va ajuta să obțineți rapid tratamentul de care aveți nevoie.

Dacă prezentați oricare dintre aceste simptome, adresați-vă medicului dumneavoastră cât mai curând posibil.

Cauzele anginei

Cea mai frecventă cauză este boala coronariană. Acest lucru se întâmplă atunci când arterele care alimentează mușchiul inimii cu sânge și oxigen sunt îngustate de o substanță grasă numită aterom. Acest lucru înseamnă că mai puțin sânge trece către mușchiul inimii și poate provoca simptome de angină.

Există declanșatori comuni pentru durerea anginei, cum ar fi:

- activitatea fizică
- stres emoțional
- vremea rece
- luarea unei mese.

Simptomele se opresc de obicei după câteva minute.

Atacurile de panică sau senzația de anxietate pot provoca dureri în piept. Dacă vă confrunțați cu acest lucru, nu este angină. Anxietatea nu este cauzată de o problemă cu fluxul sanguin, cum se întâmplă în cazul anginei.

Angina după masă

Consumul unei mese cantitative poate declanșa simptome de angină. Uneori, oamenii confundă angina cu indigestia. Dacă mesele înrăutățesc angina, încercați să consumați porții mai mici și mai des pe tot parcursul zilei.

Factori de risc pentru angină

Există mai mulți factori de risc care pot crește riscul de boală coronariană și angină pectorală.

Aceștia pot include:

- stresul
- fumatul
- diabetul
- obezitatea
- nivel ridicat al colesterolului
- hipertensiunea arterială
- istoric familial de boală coronariană (CHD)
- înaintarea în vârstă (cu cât înaintați în vârstă, cu atât crește riscul de a dezvolta CHD)

Angina este ereditară?

Nu, angina nu este o afecțiune moștenită. Aceasta nu va fi identificată în urma unui test genetic. Cu toate acestea, dacă bunicii, părinții, frații sau copiii au angină, atunci aveți un istoric familial preponderent al afecțiunii. Acest lucru poate crește șansa de a dezvolta o afecțiune cardiacă, care ar putea duce la apariția anginei.

Diagnosticarea anginei

Medicul dumneavoastră vă poate spune dacă aveți angină pectorală în baza simptomelor dumneavoastră. În caz contrar, este posibil să efectueze un consult medical sau să vă trimită pentru unele teste, cum ar fi un ECG, angiograma coronariană sau scanare cardiacă.

Tratarea anginei

Medicamentele, cum ar fi spray-urile cu nitrați, plasturii și pastilele, vă pot ajuta în privința gestionării simptomelor. Medicul dumneavoastră vă poate sugera, de asemenea, să luați medicamente pentru a reduce riscul unui atac de cord sau unui accident vascular cerebral.

Unele persoane au nevoie de tratamente, cum ar fi o angioplastie coronariană - un tip special de balon este umflat ușor pentru a deschide o arteră îngustată. Multe persoane au, de asemenea, un tip de meșă, care poartă denumirea de stent, introdus pentru a menține artera deschisă. Intervenția chirurgicală de bypass coronarian poate reprezenta, de asemenea, o opțiune.

Modificările simple ale stilului de viață vă pot ajuta să reduceți simptomele anginei, să vă îmbunătățiți sănătatea generală și să reduceți riscul unui atac de cord în viitor.

Se vindecă angina?

Medicul dumneavoastră vă va prescrie medicamente pentru îmbunătățirea simptomelor și pentru ca inima să funcționeze mai bine. Cu toate acestea, o schimbare a stilului de viață va ajuta la prevenirea formării mai multor substanțe grase numite ateroame în artere și la îmbunătățirea simptomelor anginei.

Încercați sfaturile noastre cu privire la stilul de viață pentru a observa câteva îmbunătățiri:

- Renunțați la fumat. Fumatul poate duce la înfundarea arterelor și poate agrava simptomele anginei. Nu este niciodată prea târziu să renunțați la fumat; vă putem sprijini să faceți pași mici în acest sens.
- Gestionarea hipertensiunii arteriale. Luați medicamentele dacă aveți nevoie de ele și reduceți cantitatea de sare din dieta dumneavoastră.
- Consumați o dietă sănătoasă și echilibrată, alegând opțiuni care sunt mai scăzute în grăsimile saturate și schimbând gustările nesănătoase cu opțiuni mai nutritive.
- Reduceți nivelul colesterolului cu medicamentele.
- Fiți activi. Nu este necesar să vă înscrieți la o sală de sport; există numeroase modalități de a vă crește nivelul de activitate, cum ar fi plimbările regulate, urcatul scărilor în locul utilizării liftului, grădinaritul și treburile casnice.
- Mențineți o greutate corporală sănătoasă printr-o alimentație echilibrată și activitate fizică regulată.
- Găsiți modalități de a gestiona stresul. Stresul poate provoca simptome de angină. Suținătorii noștri ne spun că yoga sau meditația regulată pot funcționa cu adevărat.
- Dacă aveți diabet, vă rugăm să vă gestionați nivelul de glicemie.

- Consumați băuturi alcoolice cu moderație. Încercați să nu depășiți 14 unități pe săptămână.

Viața de zi cu zi cu angină

Multe persoane cu angina pectorală au o viață calitativă, ducând o viață normală. Un stil de viață activ este, de asemenea, foarte important pentru ca boala coronariană preexistentă să nu se agraveze.

Medicul dumneavoastră sau asistenta medicală vă pot spune dacă trebuie să vă schimbați rutina și să aduceți modificări specifice stilului de viață.

Puteți avea încredere în informațiile noastre de sănătate.

Am respectat un proces în opt etape pentru a ne asigura că acest document este fiabil, exact și de încredere.



bhf.org.uk

© British Heart Foundation 2024, organizație caritabilă înregistrată în Anglia și Țara Galilor (225971) și în Scoția (SC039426).