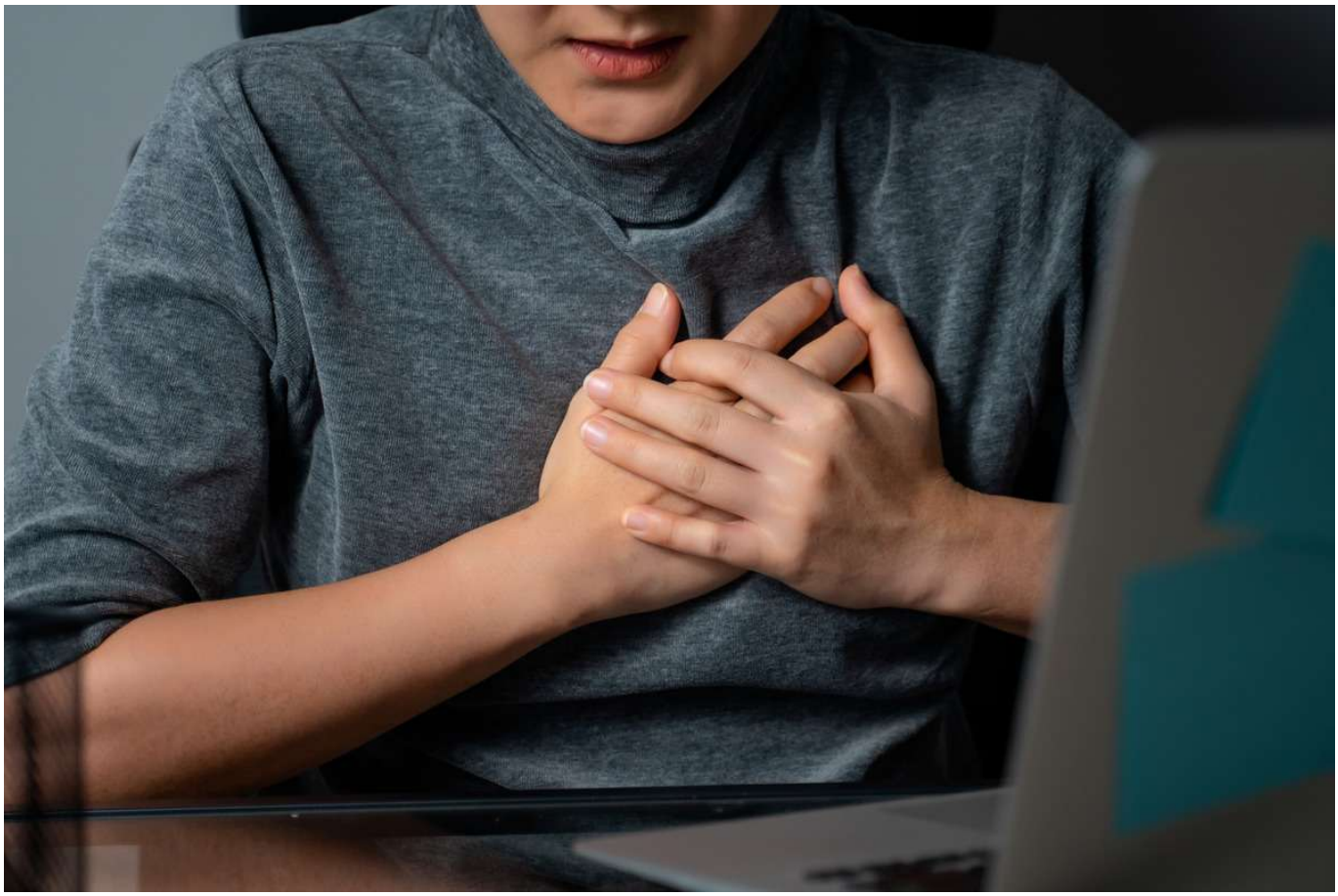
Búšenie srdca

Zverejnené: 21. marca 2024 | Autor: Mgr. Hana Neuschlová



Búšenie srdca (palpitácie) je pocit rýchleho tlkotu, trepotania alebo búšenia srdca. Zatiaľ čo palpitácie môžu byť znepokojujúce, často sú neškodné a môžu byť spôsobené rôznymi faktormi.

Príčiny

Medzi najbežnejšie príčiny búšenia srdca patria:

1. Stres a úzkosť

Emocionálny stres alebo úzkosť môžu viesť k zvýšeniu hladiny adrenalínu, čo môže spôsobiť búšenie srdca.

2. Fyzická aktivita

Intenzívne cvičenie alebo fyzická aktivita môžu dočasne zvýšiť srdcovú frekvenciu a viesť k búšeniu srdca.

3. Kofeín a stimulanty

Konzumácia kofeínových nápojov (káva, čaj, energetické nápoje), ako aj určitých liekov alebo nelegálnych drog, môže spôsobiť búšenie srdca.

4. Dehydratácia

Nedostatočný príjem tekutín alebo dehydratácia môžu ovplyvniť rovnováhu elektrolytov v tele, čo môže viesť k búšeniu srdca.

5. Hormonálne zmeny

Hormonálne zmeny počas menštruácie, tehotenstva alebo menopauzy môžu niekedy prispieť k búšeniu srdca.

6. Horúčka

Vysoká horúčka alebo akútne ochorenie môžu spôsobiť zrýchlenie srdcovej frekvencie a búšenie srdca.

7. Určité lieky

Niektoré lieky (lieky na astmu, poruchy štítnej žľazy alebo niektoré voľnopredajné lieky na prechladnutie) môžu ako vedľajší účinok spôsobiť búšenie srdca.

8. Poruchy štítnej žľazy

Hypertyreóza, hyperaktívna štítna žľaza môže mať za následok búšenie srdca v dôsledku zvýšenej rýchlosti metabolizmu.

9. Poruchy srdcového rytmu

Stavy ako fibrilácia predsiení, flutter predsiení alebo iné arytmie môžu spôsobiť nepravidelný srdcový tep a búšenie srdca.

10. Problémy so štruktúrou srdca

Štrukturálne abnormality srdca, ako sú poruchy chlopní alebo vrodené srdcové chyby, môžu viesť k búšeniu srdca.

Príznaky

Samotné búšenie srdca sa často opisuje ako nešpecifický pocit tlkotu vlastného srdca. Môže však byť sprevádzané ďalšími príznakmi v závislosti od základnej príčiny. Bežné príznaky spojené s palpitáciami srdca sú:

- Pocit chvenia alebo búšenia – palpitácie sa často opisujú ako uvedomenie si tlkotu srdca, niekedy nepravidelného alebo rýchlejšieho ako zvyčajne.
- Diskomfort alebo bolesť na hrudníku – palpitácie môžu byť spojené s nepríjemným pocitom na hrudníku alebo bolesťou. Je však dôležité rozlišovať medzi benígnymi palpitáciami a príznakmi závažnejšieho srdcového ochorenia ako je angina pectoris alebo srdcový infarkt.
- Dýchavičnosť – niektorí môžu pociťovať dýchavičnosť alebo ťažkosti s dýchaním.

- Závraty alebo točenie hlavy.
- Mdloby (synkopa).
- Únava.

Príležitostné palpitácie sú bežné a nemusia nevyhnutne znamenať vážny zdravotný stav. Ak však pacient pociťuje časté alebo pretrvávajúce búšenie srdca, najmä ak sú spojené s inými súvisiacimi príznakmi (bolesť na hrudníku, dýchavičnosť alebo mdloby), je dôležité okamžite vyhľadať lekársku pomoc.

Diagnostika

Cieľom diagnostického procesu je identifikovať akékoľvek základné stavy alebo spúšťače, ktoré môžu spôsobiť palpitácie. Je dôležité rozlišovať medzi benígnymi palpitáciami a palpitáciami spojenými s vážnejšími srdcovými stavmi. Ak sa zistí základné ochorenie srdca, možno odporučiť vhodnú liečbu.

Diagnostika búšenia srdca zahŕňa komplexné hodnotenie príčiny lekárom. Diagnostický proces zvyčajne zahŕňa nasledujúce kroky:

Anamnéza

Lekár zhromaždí informácie o anamnéze vrátane podrobností o príznakoch, akýchkoľvek základných zdravotných problémoch, užívaných liekoch, faktoroch životného štýlu a rodinnej anamnéze srdcových problémov.

Fyzická skúška

Vykoná sa dôkladné fyzikálne vyšetrenie s cieľom posúdiť celkový zdravotný stav vrátane kontroly krvného tlaku, srdcovej frekvencie a počúvania srdca a pľúc.

Diagnostické testy

V závislosti od nálezov z anamnézy a fyzikálneho vyšetrenia môže lekár odporučiť ďalšie diagnostické testy na vyhodnotenie srdcového rytmu a funkcie. Bežné testy zahŕňajú:

- Elektrokardiogram (EKG): zaznamenáva elektrickú aktivitu srdca.
- Holterov monitor: prenosné zariadenie nosené jeden alebo viac dní na nepretržité zaznamenávanie elektrickej aktivity srdca.
- Echokardiogram: používa zvukové vlny na vytváranie obrazov štruktúry a funkcie srdca.
- Krvné testy: môžu zahŕňať testy na kontrolu anémie, funkciu štítnej žľazy a hladín elektrolytov…

Záťažové testovanie

V niektorých prípadoch sa môže vykonať záťažový test na posúdenie toho, ako srdce reaguje na fyzický stres. Tento test môže pomôcť identifikovať palpitácie vyvolané cvičením.

Liečba

Liečba búšenia srdca závisí od základnej príčiny búšenia srdca. Ak sú palpitácie benígne zvyčajne nevyžadujú špecifickú liečbu. Ak sú však palpitácie časté, závažné alebo spojené so základným zdravotným stavom, lekár môže odporučiť nasledujúce prístupy:

Úprava životného štýlu

– Zníženie hladiny stresu: užitočné môžu byť techniky zvládania stresu, napr. hlboké dychové cvičenia, meditácia alebo joga.

– Obmedzenie kofeínu a stimulantov.

– Dostatočná hydratácia.

Liečba základných stavov

– Riešenie a zvládanie základných zdravotných stavov, ako sú poruchy štítnej žľazy alebo anémia, môže pomôcť zmierniť palpitácie.

Lieky

– Ak palpitácie súvisia s arytmiou (nepravidelný srdcový rytmus), môžu sa predpísať lieky na reguláciu elektrickej aktivity srdca. Výber liekov závisí od konkrétneho typu arytmie a individuálnych zdravotných faktorov.

– V prípadoch, keď úzkosť významne prispieva k palpitáciám, možno zvážiť lieky proti úzkosti.

– Betablokátory sú lieky, ktoré možno predpísať na zníženie srdcovej frekvencie a zmiernenie príznakov búšenia srdca, najmä ak súvisia so stresom alebo úzkosťou.

Srdcové zákroky alebo intervencie

V niektorých prípadoch, ak palpitácie súvisia so štrukturálnymi srdcovými problémami alebo určitými arytmiami, možno odporučiť kardiologické zákroky alebo intervencie. V závažnejších prípadoch to môže zahŕňať katétrovú abláciu alebo implantáciu kardiostimulátora alebo implantovateľného kardioverter-defibrilátora (ICD).

Vhodná liečba sa určí na základe dôkladného posúdenia lekárom.

Pacienti s pretrvávajúcimi alebo opakujúcimi sa palpitáciami môžu mať úžitok z neustáleho monitorovania a sledovania u poskytovateľa zdravotnej starostlivosti (napr. Holterov monitor). Pravidelné kontroly u lekára môžu napomôcť účinnosti liečebného plánu a podľa potreby jeho úpravu.

Záver

Zatiaľ čo palpitácie sú často benígne, je dôležité vyhľadať lekársku pomoc, ak ich pacient pociťuje často, ak sú závažné, alebo ak sú spojené s inými súvisiacimi príznakmi – bolesť na hrudníku, dýchavičnosť, závraty alebo mdloby. Môžu to byť príznaky základného srdcového ochorenia, ktoré si vyžaduje vyhodnotenie a liečbu.

Lekár môže vykonať dôkladnú anamnézu, fyzikálne vyšetrenie a ďalšie testy (ako je elektrokardiogram alebo Holterov monitor), aby určil príčinu palpitácie a vhodný postup.

K búšeniu srdca môže prispieť niekoľko faktorov, vrátane stresu, úzkosti, dehydratácie, konzumácie kofeínu, niektorých liekov a základných srdcových ochorení.