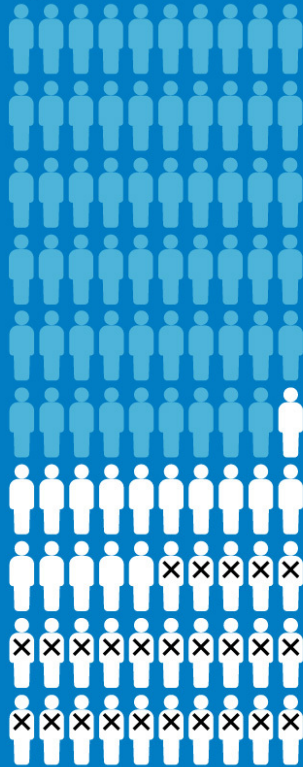


Faktoja rekisteritutkimuksesta

Sydän- ja verisuonitapahtuman saaneella erittäin korkea riski saada uusi tapahtuma

100 ensimmäisen
tapahtuman saanutta



Viiden vuoden seurannan aikana

41,5%

potilaista sai uusintatapahtuman.

61,5%

uusintatapahtuman saaneista
potilaista kuoli siihen.



14 % / 6 kk

14 % potilaista sai
uusintatapahtuman seuraavan
6 kuukauden aikana ensimmäisen
tapahtuman jälkeen



Tämän jälkeen riski tasaantuu,
mutta ei koskaan häviä.



Uusintatapahtuma oli yleensä
samaa tyyppiä kuin sitä edeltänyt
tapahtuma, eli aivo- tai
sydänperäinen.

Taustatietoa

- **Sydäninfarkti** on äkillisen hapenpuutteen aiheuttama vaurio sydänlihaksessa.
- Sydänkohtauksen tavallisin syy on sepelvaltimotaudin aiheuttama sepelvaltimon tukos. Sepelvaltimotaudissa sydämen verenkierrosta huolehtivat suonet ahtautuvat niin, että se haittaa verenvirtausta.
- Sydänkohtaus vaatii välitöntä sairaalahoitoa. Se hoidetaan usein sepelvaltimoiden pallolaajennuksella.
- Sydäninfarktin jälkeen tarvitaan jatkuvaa lääkitystä. Kaikille aloitetaan "sydänaspiriini" (asetyyliisalisyylihappo pienellä annoksella). Pallolaajennuksella hoidetut potilaat tarvitsevat yleensä jonkin aikaa myös muita tukoksia estäviä lääkkeitä. Useimmat tarvitsevat beetasalpaajalääkitystä ja monet ACE:n estäjä -lääkettä.
- **Aivohalvauksessa eli aivoinfarktissa** aivokudosta tuhoutuu äkisti verenkierron häiriintymisen vuoksi.
- Aivohalvauksen yleisin syy on aivovaltimon veritulppa. Sen syynä on yleensä valtimoiden kovettumatauti eli ateroskleroosi, sama tauti, joka aiheuttaa sepelvaltimotautia.
- Aivohalvaus vaatii välitöntä sairaalahoitoa. Se hoidetaan usein liuotushoidolla.
- Sydänperäiseen aivoinfarktiin aloitetaan jo sairaalavaiheessa verenohennuslääke. Jos kyseessä on ateroskleroosin eli valtimoiden kovettumisen aiheuttama infarkti, tarvitaan verihiihtaleiden toimintaan vaikuttavia lääkkeitä. Lisäksi tavallisesti aloitetaan kolesterolia laskeva lääkitys sekä verenpainelääkitys.

Sepelvaltimotaudin hoito

- Sepelvaltimotaudin ja siten myös sydän- ja aivoinfarktien riskitekijöitä ovat mm. diabetes, tupakointi, korkea ikä, koholla oleva veren kolesteroli ja verenpainetauti. Infarktin uusiutumisen estämiseksi on tärkeää vähentää sepelvaltimotaudin riskitekijöitä elintapamuutoksilla ja lääkehoidolla.
- **Elämäntapahoito**
 - Terveyttä edistävä monipuolinen ravinto, vähäinen tyydyttyneen eli kovan rasvan käyttö, kohtuullinen tyydyttymättömän eli pehmeän rasvan käyttö, runsas kuidun saanti, vähäinen lisätyn sokerin, sokeroitujen juomien ja vähäkuituisten viljatuotteiden (kuitua < 6 g/100 g) käyttö, vähäinen suolan käyttö.
 - Säännöllinen liikunta (sekä lihasvoima- että kestävyysliikuntaharjoittelu)
 - Painonhallinta
 - Tupakoinnin lopettaminen
 - Liiallisen stressin välttäminen
 - Riittävä lepo ja uni
- **Lääkehoito**
 - Kolesterolilääke ja tarvittaessa verenpainelääke.
 - LDL-kolesterolipitoisuus tulisi saada alle 1,4 mmol/l. Ensin määrätään statiinihoito, ja jos kolesteroli ei statiineista huolimatta laske riittävästi, voidaan käyttää myös muita lääkkeitä.

Lähteet:

Dyslipidemiat. Käypä hoito -suositus (viitattu 5.9.2022) <https://www.kaypahoito.fi/hoi50025>

Terveyskirjasto: Sydäninfarkti ja sydänkohtaus (viitattu 5.9.2022) <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00086#s4>

Terveyskirjasto: Aivohalvaus (aivoinfarkti ja aivoverenvuoto) (viitattu 5.9.2022) <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00001>

Terveyskirjasto: Valtimotauti (ateroskleroosi) (viitattu 5.9.2022) <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00095/>

Sydänliitto: Kolesterolilääkkeet (viitattu 5.9.2022) <https://sydan.fi/fakta/kolesterolilaakkeet/>