

Een hartinfarct

Wat is een hartinfarct?

Het hart pompt zuurstofrijk bloed doorheen ons lichaam en voert zuurstofarm bloed terug via de longen om het daar opnieuw van zuurstof te voorzien.

Zoals alle organen heeft ons hart zelf ook zuurstofrijk bloed nodig. Dat wordt aangevoerd via de kransslagaders die op het hartoppervlak lopen. Als zo'n kransslagader geblokkeerd geraakt wordt de bloedtoevoer naar een deel van het hart onderbroken. Zo wordt een deel van de hartspier beschadigd en ontstaat er een hartinfarct.

Hoe geraakt een kransslagader geblokkeerd?

De meest frequente oorzaak van een blokkade is de vorming van een bloedklonter. Zo'n klonter ontstaat meestal op plaatsen waar vetten zich hebben afgezet in de vaatwand. Dit fenomeen noemen we atherosclerose of aderverkalking. Zo'n ophoping van vetten kan barsten waardoor de inhoud in de kransslagader terechtkomt. Het lichaam reageert daar op door bloedplaatjes te laten samenklonteren, en zo ontstaat de blokkade.

Op het ogenblik dat de doorgang volledig is belemmerd (wat ook kan gebeuren door een elders losgekomen stolsel dat wordt meegevoerd tot in de kransslagader), krijgt een deel van de hartspier geen bloed en dus ook geen zuurstof meer: **een hartinfarct**.

Symptomen en acute behandeling

Veel mensen die een infarct krijgen merken niets tot vlak voor de gebeurtenis. In de acute fase kan u de volgende symptomen ervaren: een drukkende pijn op de borst, een benauwd gevoel, vaak ademhalingsproblemen, pijn die uitstraalt naar de rug, de armen en soms zelfs de kaken.

Het is belangrijk om zo snel mogelijk een ambulance te bellen. Hoe sneller de interventie, hoe meer overlevingskans het slachtoffer heeft.

De diagnose hartinfarct wordt bevestigd via een ECG van het hart en via een bloedafname.

Men adviseert om zo snel mogelijk na de eerste tekenen van een infarct aspirine toe te dienen. Aspirine is een plaatjesremmer, die het bloed verdunt. In het ziekenhuis krijgt u medicatie om het bloedstolsel op te lossen of wordt de kransslagader op de plaats van de vernauwing opengemaakt via een ballonkatheter. Na deze spoedbehandeling wordt u op de dienst hartbewaking verder opgevolgd.

Uw arts bespreekt met u welke medicijnen u daarna moet blijven nemen.

Een nieuw infarct voorkomen

Medicatie

- Na een infarct wordt meestal een combinatie van verschillende geneesmiddelen voorgeschreven
- Het is belangrijk om de correcte dosis op het voorgeschreven tijdstip in te nemen om een nieuw infarct te voorkomen
- Neem uw medicatie best elke dag op hetzelfde tijdstip, dan zal u dit minder snel vergeten
TIP: schrijf op wat je hebt ingenomen in een tabel, kijk dit 's avonds even na
- Last van bijwerkingen? Bespreek dit met uw arts
- Onderbreek of stop de inname van medicatie niet zonder dit eerst met uw arts te bespreken
- Neem niet zomaar bijkomende geneesmiddelen, ook niet als het om vrij te verkrijgen medicatie gaat. Dit kan de medicatie die u inneemt beïnvloeden

Mogelijke medicatie bij en na een hartinfarct

- **Trombocyten-aggregatie-remmers**
Ter voorkoming van de vorming van bloedklonters die de bloedstroom naar het hart belemmeren. Ze remmen de samenklontering van bloedplaatjes af.
In een lage dosering (80-100 mg per dag) is aspirine momenteel een standaardbehandeling bij alle patiënten met een verhoogd risico op hartziekten.
- **Bêta-blokkers**
Verlagen de bloeddruk, maar ook het hartritme.
- **ACE-remmers**
ACE staat voor angiotensine-converting-enzyme. Dit is een enzyme dat een substantie produceert die de bloeddruk verhoogt.
ACE-remmers blokkeren de werking van ACE en verlagen de bloeddruk door een verwijding van de bloedvaten.
- **Cholesterolverlagende middelen**
Bij vele patiënten dient de cholesterol meer te worden verlaagd dan met een aangepaste, gezonde levenswijze kan bereikt worden.
- **Diuretica (plasmiddelen)**
Voorkomen vochtophoping. Door het extra verlies van vocht via de urine wordt het hart in zekere mate ontlast.
Diuretica verlagen ook de bloeddruk
- **PUFA's**
Dit staat voor 'poly-unsaturated fatty acids', beter bekend als 'omega-3-vetzuren'. Bij gebruik van de correcte dagelijkse dosis is er bewezen dat ze het risico op plots overlijden verminderen na een hartinfarct.

Risicofactoren verminderen

Wanneer u een hartinfarct heeft gehad loopt u een verhoogd risico op een volgende hartaanval, maar u kan heel wat doen om dat risico te verlagen. Enkele tips:

1. Eet gezond
2. Doe meer aan sport
3. Verlies overtollig gewicht
4. Stop met roken
5. Drink minder alcohol
6. Neem uw medicatie zoals voorgeschreven
7. Voor diabetici: controleer nauwgezet uw bloedsuikerspiegel

