



7 NEKAJ STATISTIKE O SRČNEM POPUŠČANJU

Ocenjujejo, da se bo število bolnikov s srčnim popuščanjem do leta 2040 podvojilo. Delo na področju preventive je zato ključnega pomena.

Predvideva se, da ima v razvitih državah 1-2% populacije srčno popuščanje oz. da je srčno popuščanje prisotno pri 10% populacije starosti nad 70 let.

V Sloveniji naj bi bilo 20.000-40.000 bolnikov s srčnim popuščanjem (ocena).

S staranjem prebivalstva je pričakovati, da se bo število bolnikov s srčnim popuščanjem še povečalo, saj je med nad 75 let starimi letno kar 35 novih bolnikov na 1000 oseb.

8 KAJ JE O SRČNEM POPUŠČANJU ŠE DOBRO VEDETI

- v večini primerov se **simptomi prikradejo postopoma** in starejši bolniki jih pripisujejo staranju, slabi kondiciji in splošni oslabelosti ob pridruženih boleznih, pri mlajših bolnikih pa so težave manj izrazite in jih ne pripisujejo resnejši bolezni;
- najpogosteje in najhitreje bolniki opazijo **dispnejo** ob majhni aktivnosti in pa ortopnejo, na katero moramo biti še posebej pozorni (dispneja = oteženo dihanje, težave z dihanjem);
- nekateri bolniki navajajo, da ponoči spiyo skoraj sede in potrebujejo veliko vzglavnikov, moti jih tudi pogosto odvajanje vode v nočnem času, še bolj pa otekanje v trebuh in v noge ter posledično naraščanje telesne teže;
- srčno popuščanje **poteka v** izmenjujočih se ciklih izboljšanja in poslabšanja;
- **z začetkom zdravljenja bolnikov ne odlašamo** do zaključene diagnostike, saj je za bolnike ključno, da z zdravljenjem začnemo takoj, ko potrdimo diagnozo srčnega popuščanja, torej lahko že ambulantno;
- vseskozi **na tržišče prihajajo tudi nove učinkovine**, ki omogočajo še učinkovitejšo in bolj individualizirano obravnavo bolnikov srčnega popuščanja;
- pri bolnikih, pri katerih »klasično« zdravljenje ne zadostuje in pri katerih ni zadržkov, je potrebno razmisliti o **naprednih oblikah zdravljenja SP**, to je zdravljenju z mehanskimi črpalkami oz. s presaditvijo srca.
- **aktivna participacija bolnika** pri zdravljenju SP je zelo pomembna in veliko je odvisno od njega samega. Zdravnik se zaveda vseh patofizioloških mehanizmov, vendar ne mora tako učinkovito opazovati bolnika, kot se lahko bolnik sam.
 - bolezen se lahko pojavi tudi pri **mlajših osebah**, zato je mogoče bolj pomembno, da so na te težave, pozorni vsi, ki že imajo neko bolezen, ki bi lahko kasneje privedla do srčnega popuščanja: to so vsi bolniki, ki so preboleli miokardni infarkt, imajo visok krvni tlak, sladkorno bolezen ali imajo prirojene bolezni na zaklopkah
- tudi pri bolnikih s srčnim popuščanjem lahko nastopijo **psihične težave** (blage depresivne simptome ima kar tretjina bolnikov, težjo depresijo, ki dejansko zadosti kliničnem kriterijem, pa petina; blage simptome anksioznosti doživlja kar tretjina bolnikov, približno 15 % pa razvije generalizirano anksiozno motnjo, panično motnjo ali posttraumatsko stresno motnjo, ki seveda zahtevajo zdravljenje).

Če čutite, da tudi vi potrebujete pogovor ali pomoč strokovnjaka, naredite korak v to smer: osebni zdravnik vam bo izdal napotnico za obisk psihologa ali psihiatra.

Zapomnite si: Poiskati pomoč je znak moči v nas samih. Skupaj zmoremo bolje in lažje.

