

Έμφραγμα Στις Γυναίκες «Ανακαλύψτε» τα συμπτώματα και προστατέψτε τον εαυτό σας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι θάνατοι από έμφραγμα, είναι περισσότεροι από τους θανάτους από καρκίνο του μαστού στις γυναίκες και μεγάλο κομμάτι της ευθύνης γι' αυτά τα νούμερα, τα έχει κυρίως η έλλειψη πληροφόρησης και ενημέρωσης για τα συμπτώματα και τις ενδείξεις, που μας δίνει η καρδιά, όταν κάτι δεν πάει καλά με τη λειτουργία της. Είτε λοιπόν, έχετε κάποιο χρόνιο πρόβλημα με την καρδιά σας, το οποίο σημαίνει μόνο αυξημένες πιθανότητες και σε καμία περίπτωση βεβαιότητα, είτε υπάρχει κάποιο άτομο στο κοντινό σας περιβάλλον με αντίστοιχα θέματα, καλό είναι να γνωρίζετε και να αναγνωρίζετε τα συμπτώματα ενός εμφράγματος για να προλάβετε καταστάσεις, που η άγνοια θα οδηγούσε σε άσχημα αποτελέσματα.

Προστατέψτε τον εαυτό σας και όσους αγαπάτε γνωρίζοντας πότε έχετε ουσιαστικό λόγο ανησυχίας και πότε μπορείτε να προλάβετε τις κακές εξελίξεις.

Σφίξιμο στο στήθος. Το συνηθέστερο σύμπτωμα ενός εμφράγματος είναι οι

πόννοι στο στήθος, αλλά στην περίπτωση των γυναικών, ο πόνος δεν είναι τόσο ξεκάθαρος, ενώ γίνεται περισσότερο αντιληπτός σαν πίεση, σφίξιμο ή απλά μια έντονη δυσφορία. Αν και τέτοιου είδους συμπτώματα είναι πιθανές ενδείξεις και για άλλες παθήσεις, καλό θα ήταν μόλις αντιληφθείτε κάτι τέτοιο να κατευθυνθείτε άμεσα στα επείγοντα του πλησιέστερου νοσοκομείου.

Πόνος. Ο πόνος που προμηνύει καρδιακή προσβολή δεν περιορίζεται μονάχα στην περιοχή του στήθους και της καρδιάς, αλλά μπορεί να εμφανιστεί και σε άλλα σημεία που δεν θα σχετίζαμε εύκολα με την καρδιά. Μια γυναίκα μπορεί να νιώσει πόνο στα χέρια της, την πλάτη, το σαγόνι, το λαιμό ή ακόμα και στο στομάχι και να οφείλεται ο πόνος σε επικείμενο έμφραγμα.

Σε κάθε περίπτωση που νιώθετε έναν από τους παραπάνω πόνους, μην πανικοβληθείτε και αναζητήστε πρώτα αν συνδυάζονται με άλλα συμπτώματα που παραπέμπουν σε έμφραγμα. Για παν ενδεχόμενο, ωστόσο, καλό θα ήταν να επιδιώξετε ιατρική βοήθεια σχετικά άμεσα.

Ναυτία. Η ναυτία είναι ένα σύμπτωμα που σχετίζεται με ένα πλήθος ασθενειών, γι' αυτό και συχνά δε λαμβάνει τη δέουσα προσοχή, αν ειδικά αναφέρεται σε έμφραγμα. Αν νιώσετε την αίσθηση ότι θέλετε να κάνετε εμετό και αυτή η αίσθηση της ναυτίας επιμένει, καλό θα ήταν να επικοινωνήσετε με το γιατρό σας, να του εξηγήσετε πως νιώθετε, τι άλλα συμπτώματα τυχόν παρουσιάζετε και να σας καθοδηγήσει εκείνος στις επόμενες κινήσεις σας.

Εφίδρωση. Αν ιδρώσετε, στα καλά καθούμενα και ενώ δεν υπάρχει κανένας λόγος που να εξηγεί την εφίδρωση, παρατηρήστε τον εαυτό σας και αν έχετε και άλλα συμπτώματα καλό είναι να ζητήσετε ιατρική βοήθεια. Είναι πάντα πιθανό να συμβαίνει κάτι άλλο, αλλά καλύτερα να μην το ρισκάρετε, για κανένα λόγο.

Δύσπνοια. Τα προβλήματα στην καρδιά συχνά προκαλούν και αντίστοιχα προβλήματα στην αναπνοή, γι' αυτό και περιπτώσεις δύσπνοιας και λαχανιάσματος, χωρίς να κάνετε κάτι προφανές που να το προκαλεί αυτό, είναι πιθανό να προμηνύουν έμφραγμα. Σε τέτοιες περιπτώσεις, ζητάτε ιατρική βοήθεια άμεσα και επείγοντως.

Ζαλάδα. Η ζαλάδα μπορεί να έχει πλήθος αιτιών που συμβαίνει, αλλά η φαινομενικά ανεξήγητη ζαλάδα έχει αυξημένες πιθανότητες να σημαίνει κάτι σοβαρό, όπως είναι το καρδιακό επεισόδιο. Σε κάθε περίπτωση που σας πιάνει ίλιγγος, χωρίς προφανή λόγο αναζητήστε την επιστημονική βοήθεια και συμβουλή.

Ανησυχία. Το αίσθημα της ανησυχίας και το φτερούγισμα στην καρδιά που μας προκαλεί το άγχος, συχνά μπορεί να είναι σημάδι κρίσης πανικού, αλλά και

εμφράγματος. Αν γενικά είστε άτομο που διαχειρίζεται το άγχος του και δεν έχετε ιστορικό κρίσεων πανικού, αλλά παρ' όλ' αυτά εξακολουθείτε να νιώθετε δυσθυμία και ανησυχία, τότε καλό θα ήταν να κάνετε έναν έλεγχο στη λειτουργία της καρδιάς σας το συντομότερο δυνατό.

Πηγές: clickatlife.gr- [offsite.com.cy](https://www.offsite.com.cy)