**KDYŽ VÁM SRDCE FUNGUJE NA 34 %**

**Příběh pacientky se srdečním selháním**

**Srdeční selhání – možná už jste o něm někdy slyšeli a možná jste si řekli, že to není váš případ. Nenechte se zmást. Během života se rozvine u jednoho z pěti lidí a celkem zarputile s ním můžete žít až do doby, než vám lékaři řeknou: „Vaše srdce funguje jen na 34 %.“ To opravdu slyšet nechcete. Příznaky jsou těžko rozpoznatelné, postupně vám ale znepříjemňují život. Své o tom ví i Blanka: *„Zadýchávala jsem se stále častěji, a to i při běžných aktivitách, jako je úklid domácnosti. Přece s tím ale nepůjdu k doktorovi, říkala jsem si. Když mi diagnostikovali srdeční selhání, byla jsem šokovaná a myslela jsem, že umřu,“* říká Blanka z Čáslavi.**

Moje problémy začaly celkem nevinně. Myslela jsem, že únava a obtížnější dýchání prostě patří k věku, i k tomu, že jsem trošku přibrala. „Prostě se s tím musím srovnat,“ říkala jsem si. Ani ve snu mě nenapadlo, že bych mohla mít problémy se srdcem. Uběhlo několik měsíců a já si uvědomila, že se všechno zhoršuje. To, že se mi dýchalo ztěžka i v momentě, kdy jsem nic nedělala, doplnily ještě oteklé kotníky a obrovská únava a slabost. Bylo načase zajít za doktorem.

**K doktorovi radši třikrát zbytečně než jednou pozdě**

Po sérii vyšetření mi řekli něco, co mě naprosto šokovalo. Příčinou mojí únavy a slabosti prý není věk, ani pár kilo navíc, ale srdeční selhání. Onemocnění srdce? Byla jsem vyděšená, vždyť jsem jen občas nemohla popadnout dech a byla unavená... Kardiolog mi ale vysvětlil, že právě to je zrádnost srdečního selhání – navzdory tomu, o jak závažné onemocnění se jedná, projevuje se velmi nenápadně. Nemusí být na člověku hned vidět, ani člověk sám ho mnohdy nepozná. Proto jsem i já nad příznaky nejdříve mávla rukou. Pak mi pan doktor vysvětlil, že mé srdce funguje jen na 34 % a může v podstatě kdykoliv selhat úplně. To ve 45 letech slyšet nechcete. Zvlášť když máte rodinu a čtyři vnoučata. Honilo se mi hlavou – co se mnou bude, to umřu?

*„Dušnost, únava, nevýkonnost, svalová slabost, otoky končetin, nechuť k jídlu či rychlé přibývání na váze jsou příznaky, které si lidé s onemocněním srdce nespojují, a mohou tak potíže přehlížet. Přitom včasná diagnostika a pravidelné kontroly jsou tím nejdůležitějším pro úspěšné zvládání onemocnění. Pacientů s chronickým srdečním selháním neustále přibývá. Často se k lékaři dostanou až s první hospitalizací. Proto je důležité, aby příznaky nepodceňovali,“* říká ošetřující lékař paní Blanky doc. MUDr. Jan Bělohlávek, Ph.D., z II. interní kliniky kardiologie a angiologie 1. LF UK a VFN v Praze.

Prvotní strach vystřídala alespoň částečná úleva. Pan doktor mě uklidnil, že srdeční selhání je možné léčit a za dodržování určitých pravidel se s ním dá kvalitně žít. Začala jsem chodit pravidelně na kontroly a brát léky. Někdy si ale vyčítám, že jsem nešla k doktorovi dříve. Dnes bych to řešila jinak a vypravila se za ním hned. Raději třikrát zbytečně než jednou pozdě.

**Žiju jinak, ale žiju**

Hodně věcí v mém životě se změnilo. O tom, že uklidím byt, jak se říká, „na jeden zápřah“, si můžu nechat jen zdát, zahrádka šla také stranou. Někdy mi nestačí síly ani na to, abych uvařila oběd rodině. Věci, které zdravým lidem nečiní problém, jsou pro mě hodně vysilující. Musela jsem se naučit odpočívat a fungovat tak, jak mi mé srdce dovolí. I přesto se snažím žít naplno. S dcerou chodíme nakupovat, s manželem na procházky, občas zajdeme na ples. Tancovat jako ostatní už ale nemůžu. Trávím spoustu času se svými pěti vnoučaty. Jsou to rošťáci, ale starají se o mě a to mě dojímá. Rodina je mi velikou oporou. S manželem jsme si řekli – v dobrém i zlém, ve zdraví i v nemoci a tak to je. Společně to zvládáme skvěle a věřím, že se dožiju svatby svých vnoučat.

**Srdeční selhání**

Srdeční selhání je onemocnění, které postihuje až 200 tisíc Čechů.1 Během života se rozvine u jednoho z pěti a umírá na něj více lidí než na rakovinu.2 Hlavní funkcí našeho srdce je udržovat krevní oběh a zásobovat tak všechny naše orgány kyslíkem a živinami. Při srdečním selhání srdce nezvládá tuto úlohu plnit a orgány nejsou dostatečně prokrvené. Mezi příznaky se řadí dušnost, otoky nohou a kotníků, nárůst váhy, únava, nechuť k jídlu, nadměrné bušení srdce, vyšší frekvence močení.3 Když není silné vaše srdce, nebudete ani vy. Ruku na srdce, staráte se o něj? Mluvte se svým lékařem.

**Kontakt pro média: Markéta Hrabánková,** HAVAS PR PRAGUE, PR Manager, marketa.hrabankova@havaspr.com,mob.: + 420 702 213 341

Zdroje:

1 Špinar J et al. Summary of the 2016 ESC Guidelines on the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure. Prepared by the Czech Society of Cardiology, Cor et Vasa 58 (2016) e530–e568

2 Stewart S et al. More 'malignant' than cancer? Five-year survival following a first admission for heart failure. European Journal of Heart Failure. 2001;3:315–322

3 Ponikowski P, Voors AA, Anker SD et al. Authors/Task Force Members. 2016 ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure: The Task Force for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure of the European Society of Cardiology (ESC) Developed with the special contribution of the Heart Failure Association (HFA) of the ESC. Eur Heart J. 2016 Jul 14;37(27):2129–2200

CZ1705650092/2017