

# CIVILIZAČNÍ CHOROBY

## INFARKT MYOKARDU

# Infarkt myokardu

- Srdeční mrtvice je odumření části srdečního svalu, které je způsobeno nedostatečným krevním zásobením kyslíkem
- Příčinou nedokrvení je uzávěr koronární tepny nebo její prasknutí
- Ucpání je způsobeno aterosklerózou neboli kornatěním tepen

- Vyskytuje se více u mužů než u žen
- Nejvíce ohroženi jsou muži nad 50 let a ženy nad 60 let
- Vyskytuje se samozřejmě i u mladších lidí, kteří mají nadměrnou srážlivost krve či velmi špatnou životosprávu
- Spolu s angínou pectoris jsou ischemickou chorobou srdeční, na kterou ročně umírájí statisíce lidí

# Příznaky

- Déletrvající svíravá bolest v oblasti srdce a hrudní kosti
- Vyzařování bolesti do ramene, krku a levé ruky a lopatky
- Nadměrné pocení
- Úzkost a dušnost

# Prevence

- Nekouřit cigarety 😊
- Vyhýbat se tučným a mastným jídlům
- Cvičit, pokud možno pravidelně
- Mít optimální tělesnou váhu
- Nepřetěžovat organismus ( velkou fyzickou námahou)

# Zdroje

- [www.wikipedie.cz](http://www.wikipedie.cz)