

## Jak pracowite jest serce?

- Serce jest najbardziej ukrwionym mięśniem w organizmie.
- Przez godzinę przetacza ponad 350 litrów krwi.
- W ciągu doby serce przepompowuje 10 tysięcy litrów krwi i kurczy się 100 tysięcy razy.
- W ciągu przeciętnego życia człowieka serce wykonuje około 3 miliardów uderzeń.

# NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

**ŚRODA Z PROFILAKTYKĄ**

## Nabyte wady serca



## Powikłania infekcyjne

- Zapalenie mięśnia sercowego w wyniku Covid-19 dotyczy 11 na 100 tysięcy osób.
- Kardiologiczne powikłania grypy dotyczą 5-10% pacjentów.
- Zapalenie mięśnia sercowego w przebiegu gorączki reumatycznej (powikłanie anginy) stwierdza się u 40-60% chorych.

# #SZCZEPIMYSIĘ

[WWW.GOV.PL/SZCZEPIMYSIE](http://WWW.GOV.PL/SZCZEPIMYSIE)

Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590

[pacjent.gov.pl](http://pacjent.gov.pl)

[diety.nfz.gov.pl](http://diety.nfz.gov.pl)

Akademia NFZ



# NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia



Ministerstwo Zdrowia

## CZY WIESZ

### Jakie choroby infekcyjne zagrażają sercu?

**Angina** - to ostre zapalenie błony śluzowej gardła i migdałków podniebiennych, wywołane infekcją paciorkowcami. Jest chorobą zakaźną, przenoszoną drogą kropelkową.

**Grypa** - to ostra choroba zakaźna układu oddechowego, wywołana przez wirusy grypy. Przenosi się drogą kropelkową i kontaktową.

**Covid-19** – to infekcja wywołana przez koronawirusa SARS-CoV-2. Do większości zakażeń dochodzi drogą kropelkową przez bezpośredni kontakt z osobą zakażoną oraz dotykanie powierzchni lub przedmiotów, na których znajduje się wirus.

Patogeny wywołujące te choroby wykazują powinowactwo do komórek mięśnia sercowego - uszkadzając je.

### Objawy, które powinny zaniepokoić

- zmęczenie, senność, osłabienie,
- stan podgorączkowy,
- krótki, płytki oddech, duszność,
- nierówne bicie serca, kołatanie serca,
- mniejsza wydolność, zauważalna w trakcie aktywności,
- ból w klatce piersiowej, kłujący, szczególnie za mostkiem.

### Grupę ryzyka powikłań stanowią osoby:

- po 65 roku życia,
- z cukrzycą,
- z nadciśnieniem tętniczym, chorobą wieńcową, po zawale serca,
- z chorobami krwi, nowotworami krwi,
- leczone przewlekłe w przebiegu chorób autoimmunologicznych,
- przyjmujące leki obniżające odporność.

### Kardiologiczne konsekwencje infekcji

W przebiegu infekcji może dojść do następujących powikłań:

- zapalenie mięśnia sercowego,
- zapalenie osierdzia, zapalenie wsierdzia,
- zaostrzenie przewlekłej niewydolności serca i ostre zespoły wieńcowe,
- uszkodzenie zastawek serca,
- niewydolność krążenia,
- zaburzenia rytmu serca.

Wczesne rozpoznanie stanu zagrażającego zdrowiu ogranicza wystąpienie powikłań kardiologicznych. Im szybciej wdrożone zostanie leczenie, tym większa jest szansa na jego skuteczność – najlepiej w ciągu 48 godz. od rozpoznania stanu zagrożenia.

### Profilaktyka

- Unikaj miejsc zatłoczonych, zwłaszcza w czasie infekcji sezonowych;
- Buduj odporność, pamiętaj o zrównoważonym, zbilansowanym sposobie odżywiania → [www.diety.nfz.gov.pl](http://www.diety.nfz.gov.pl)
- Zadbaj o regularną aktywność fizyczną;
- Wylecz każdą infekcję do końca;
- Pamiętaj - grypę należy wyleżeć;
- Poddawaj się szczepieniom przeciw grypie i Covid-19;
- Korzystaj z porad lekarza rodzinnego w przebiegu infekcji;
- Nietypowe objawy zgłoś niezwłocznie lekarzowi.



Zdrowe serce jest niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania wszystkich narządów i układów w organizmie. Istotne jest, by odpowiednio o nie dbać.