

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)

[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się



- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Felieton](#)

Zawał serca: jak udzielić pomocy?

Każdego roku, co najmniej kilkadziesiąt tysięcy ludzi w Polsce doznaje zawału. Jeśli już do niego dojdzie bardzo ważna jest natychmiastowa reakcja - jak najszybsze udzielenie pomocy. Kluczową sprawą jest zatem wiedza o tym, jak rozpoznać zawał i jak pomóc osobie, u której zawał podejrzewamy.

„Najczęstsze objawy to ból w klatce piersiowej, ból dość charakterystyczny, często gniotący, czasem piekący, bardzo często promieniujący do lewego barku, do żuchwy i do palców lewej ręki. Może mu towarzyszyć duszność, uczucie kołatania serca albo zasłabnięcie” - mówi Konrad Matyja, lekarz Lotniczego Pogotowia Ratunkowego (LPR).

„Jest wiele przyczyn bólu w klatce piersiowej, natomiast sam w sobie ból w klatce piersiowej najczęściej każe nam myśleć o zawale i pokierować diagnostykę w kierunku potwierdzenia lub wykluczenia zawału” – dodaje lekarz.

Warto wiedzieć, że mogą też wystąpić zawały o przebiegu nietypowym. Wówczas objawy są nieco inne. Czasem jest to ból zlokalizowany w nadbrzuszu czy w śródbrzuszu, a u części pacjentów, np. u pacjentów z cukrzycą, czasem tego bólu nie ma i jedynym objawem jest zasłabnięcie albo uczucie kołatania serca, zbladnięcie powłok albo zły stan ogólny osoby wcześniej lepiej się czującej.

Lekarze podkreślają, że jeśli mamy do czynienia z osobą, u której podejrzewamy ostry zespół wieńcowy (zawał serca lub tzw. niestabilna dławica piersiowa), należy niezwłocznie zawiadomić służby ratunkowe. Następnie trzeba zadbać o jej komfort: osoba z podejrzeniem zawału powinna być w spoczynku czyli w pozycji leżącej lub półsiedzącej. Najnowsze wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji mówią, że na tym etapie, jeśli wiemy, że osoba nie jest uczulona na kwas acetylosalicylowy (aspiryna), można jej zasugerować przyjęcie dawki 300 – 500 miligramów. Lek powinien zostać rozpuszczony w niewielkiej ilości wody lub rozgryziony i popity. Należy zaznaczyć, że nie powinny być to preparaty o spowolnionym uwalnianiu, np. rozpuszczające się dopiero w jelicie. Jeśli tabletkę z kwasem acetylosalicylowym nie jest dostępna, najrozsądniej jest czekać na pomoc zespołu ratownictwa medycznego, który dysponuje pełnym wachlarzem leków, jakie można zastosować w ostrym zespole wieńcowym.

W oczekiwaniu na dotarcie zespołu ratownictwa medycznego nie wolno osoby z podejrzeniem zawału zostawić samej! „Ta osoba musi być pod stałą obserwacją, chociażby po to, żeby powiadomić pogotowie, jeśli stan ulegnie zmianie” - zaznacza Konrad Matyja z LPR.

„Jeśli doszłoby do zatrzymania krążenia, które niestety jest możliwym powikłaniem zawału serca, należy natychmiast rozpocząć uciskanie klatki piersiowej i oddechy zastępcze, czyli resuscytację krążeniowo-oddechową. Optymalne byłoby w tej sytuacji również jak najszybsze sprowadzenie urządzenia AED (automatycznego defibrylatora zewnętrznego- red.)”- instruuje lekarz.

Przyczyną zawału najczęściej jest miażdżycy, charakteryzująca się powstawaniem w naczyniach wieńcowych blaszek miażdżycowych. W momencie trudnym do przewidzenia jedna z takich blaszek potrafi się od naczynia odkleić i całkowicie je zablokować.

Zapobiegać zawałom możemy poprzez prowadzenie zdrowego, higienicznego trybu życia, ale przede wszystkim poprzez częste kontrole u lekarza, regularną kontrolę ciśnienia tętniczego i kontrolę poziomu lipidów we krwi (cholesterol, trójglicerydy).

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/felieton/29153.html>

Informacje dnia: [Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości](#) [Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach mózgowych Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#) [Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026 Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości](#) [Studenci z Wrocławia pracują nad](#)

[komunikacją opartą na falach mózgowych Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#)
[Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026 Nowy wzór elektronicznej legitymacji](#)
[studenckiej Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu Wypalenie](#)
[rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości Studenci z Wrocławia pracują nad](#)
[komunikacją opartą na falach mózgowych Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#)
[Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026 Nowy wzór elektronicznej legitymacji](#)
[studenckiej](#)

Partnerzy