

Riconosceresti un attacco cardiaco?

Note importanti

- **Nessun attacco cardiaco è uguale ad un altro.**

Chi ha già avuto un attacco cardiaco può avere sintomi differenti la volta successiva.

- **I segnali di allarme variano da persona a persona.**

Gli attacchi cardiaci non sono sempre improvvisi o gravi. Molti iniziano lentamente con solo qualche lieve dolore o un senso di disagio. Alcuni individui non sentono nemmeno dei dolori al torace – solo un senso di disagio in altre parti della parte superiore del corpo.

- **Conoscere i segni d'allarme riguardo ad un attacco cardiaco e agire prontamente possono ridurre il danno al muscolo del tuo cuore e aumentare le tue possibilità di sopravvivenza.**

Troppe persone perdono la vita perché aspettano troppo a lungo prima di telefonare al Triple Zero (000) per richiedere un'autoambulanza.

Ricordati

- **Chi ha già avuto un attacco cardiaco è maggiormente a rischio di averne un altro.**

C'è chi, pur essendo affetto da una malattia coronarica, aspetta lo stesso a richiedere assistenza medica la seconda volta che sente i segnali d'allarme caratteristici di un attacco cardiaco.

Queste informazioni sono solo a scopo d'istruzione in generale. Non sostituiscono il parere sanitario dato individualmente dal tuo medico o cardiologo (specialista del cuore).

Quali sono i segnali d'allarme per un attacco cardiaco?

Qua sotto sono indicati i segnali d'allarme più frequenti riguardanti un attacco cardiaco. Potresti avere uno solo di questi sintomi, oppure potresti averne diversi in combinazione. I sintomi possono sorgere improvvisamente oppure svilupparsi col passare dei minuti e progressivamente peggiorare. Di solito i sintomi durano per almeno 10 minuti.

- **Senso di disagio o dolore al centro del torace—** questo può spesso manifestarsi come pesantezza, difficoltà di respiro o pressione. Persone che hanno avuto un attacco cardiaco l'hanno di frequente descritto come l'aver "un elefante seduto sul mio torace", "una cintura che viene stretta attorno al mio torace" oppure "una brutta indigestione". Il senso di disagio potrebbe diffondersi ad altre zone della parte superiore del corpo.



Torace

- **Senso di disagio in queste parti della parte superiore del corpo:**



Braccio (o braccia)



Spalla (o spalle)



Collo



Mandibola/mascella



Schiena

Potresti provare un senso di soffocamento in gola. Le braccia ti potrebbero sembrare appesantite oppure non funzionanti.

- **Potresti provare anche altri segnali e sintomi:**

- avere difficoltà di respiro
- provare nausea
- sudare freddo
- avere le vertigini o sentirti stordito.

Alcuni l'hanno descritto anche come non sentirsi bene in generale oppure "non sentirsi al cento per cento".

Se hai i segnali d'allarme di un possibile attacco cardiaco, fa ricorso al tuo piano di azione e chiedi immediatamente assistenza. Telefona al Triple Zero 000 e richiedi un'ambulanza.

*Se sul tuo cellulare il Triple Zero (000) non funziona, prova il 112.



Segnali d'allarme di un attacco cardiaco—cosa fare

1. Fermati—smetti immediatamente di fare quello che stai facendo e riposati.

2. Parla—se sei con qualcuno, spiegagli che cosa stai provando.

- Se prendi un farmaco per l'angina pectoris*:
 - Prendi una sola dose del tuo farmaco per l'angina pectoris. Aspetta per 5 minuti.
 - Hai ancora i sintomi? - Prendi un'altra dose del tuo farmaco per l'angina pectoris. Aspetta per altri 5 minuti.
- Se qualsiasi dei tuoi sintomi:
 - è grave
 - peggiora rapidamente
 - dura dieci minuti

3. Telefona subito al Triple Zero (000)!**

- Richiedi un'ambulanza. Non riattaccare. Aspetta per i consigli di chi ti sta rispondendo al telefono.

* Per 'farmaco per l'angina pectoris' s'intendono farmaci a base di nitrato che, a breve durata d'azione, vengono assorbiti dalle pareti della tua bocca per calmare i sintomi dell'angina pectoris. Possono essere sotto forma di spray oppure di compressa. Il farmaco più comune per l'angina pectoris è il glyceryl trinitrate, a volte chiamato 'GTN'.

** Se sul tuo cellulare il Triple Zero (000) non funziona, prova il 112.

Perché un attacco cardiaco è un caso di emergenza?

Nel caso di un attacco cardiaco ogni minuto conta. Troppe persone perdono la vita perché aspettano troppo a lungo prima di telefonare al Triple Zero (000) per richiedere un'ambulanza.

Andare prontamente all'ospedale può ridurre il danno al muscolo del tuo cuore e aumentare le possibilità di sopravvivenza. In ospedale il personale medico ti presterà cure che aiutano proprio a ridurre questo danno.

Perché telefonare al Triple Zero (000)?

La chiamata al Triple Zero (000) ti assicura:

- un'ambulanza velocemente
- trattamento immediato appena telefoni
- consigli su cosa fare mentre aspetti che arrivi l'ambulanza.

I paramedici dell'ambulanza sono addestrati a usare particolare apparecchiatura salvavita e a iniziare a provvedere nella stessa ambulanza trattamenti per attacchi cardiaci.

L'ambulanza è il metodo più sicuro e più rapido per recarti all'ospedale. Ti dà immediata assistenza sanitaria. Tentare di andare rapidamente all'ospedale con un'auto privata può essere pericoloso per chi viaggia nell'auto e per altri utenti della strada.

È sempre meglio recarsi all'ospedale e sentirsi dire che non è un attacco cardiaco che rimanere a casa fino a quando è troppo tardi.

Desideri saperne di più?

Per maggiori informazioni sui segnali d'allarme in tema di attacco cardiaco, visita il sito web www.heartfoundation.org.au oppure telefona al nostro Servizio Informazioni Sanitarie (Health Information Service) al **1300 36 27 87**.

Sii preparato

- Sii consapevole dei segnali d'allarme per un attacco cardiaco e di cosa fare.
- Tieni a portata di mano il tuo piano d'azione (sul tuo frigorifero oppure nel tuo portafoglio/borsetta).
- Assicurati di essere assicurato per il servizio di autoambulanza.
- Fa conoscere ai tuoi familiari e amici i segni d'allarme per un attacco cardiaco e cosa fare – non tenere questo messaggio salvavita solo per te stesso.
- Previene un altro attacco cardiaco adottando misure dirette a ridurre il rischio – parla con il tuo medico, partecipa ad un programma di riabilitazione per malati di cuore oppure visita il sito www.heartfoundation.org.au.



© 2009–2011 National Heart Foundation of Australia
ABN 98 008 419 761

CON-075-ITA.v2

ISBN 978-1-921748-88-2

Terms of use: This material has been developed for general information and educational purposes only. It does not constitute medical advice. Please consult your healthcare provider if you have, or suspect you have, a health problem. The health information provided has been developed by the Heart Foundation and is based on independent research and the available scientific evidence at the time of writing. The information is obtained and developed from a variety of sources including, but not limited to, collaborations with third parties and information provided by third parties under licence. It is not an endorsement of any organisation, product or service.

While care has been taken in preparing the content of this material, the National Heart Foundation of Australia, its employees and related parties cannot accept any liability, including for any loss or damage, resulting from the reliance on the content, or for its accuracy, currency and completeness.

This material may be found in third parties' programs or materials (including, but not limited to, show bags or advertising kits). This does not imply an endorsement or recommendation by the National Heart Foundation of Australia for such third parties' organisations, products or services, including their materials or information. Any use of National Heart Foundation of Australia materials or information by another person or organisation is at the user's own risk.

The entire contents of this material are subject to copyright protection.