

Hoćete li prepoznati srčani udar?

Važne napomene

• Nijedan srčani udar nije isti.

Netko tko je već imao srčani udar može drugi put imati potpuno drugačije simptome.

• Znakovi upozorenja se razlikuju kod svake osobe.

Srčani udari nisu uvijek iznenadni i žestoki. U mnogim slučajevima oni počinju polako uz samo blagu bol ili nelagodu. Neke osobe nemaju uopće bol u prsima—samo nelagodan osjećaj u drugim gornjim dijelovima tijela.

• Ako znate znakove upozorenja srčanog udara i brzo reagirate, možete smanjiti oštećenje srčanog mišića i povećati šansu za preživljavanje.

Preveliki broj ljudi izgubi život jer su predugo odgađali nazvati Triple Zero (000) i zatražiti vozilo hitne pomoći.

Upamtite

• Osobe koje su imale srčani udar su u većoj opasnosti od još jednog srčanog udara.

Osobe koje imaju koronarnu bolest srca ne smiju odgađati zdravstvenu njegu ako i po.

Ove informacije služe samo u svrhu edukacije. One nisu zamjena za individualne zdravstvene savjete koje vam pruža liječnik ili kardiolog (specijalist za srce).

Koji su znakovi upozorenja srčanog udara?

Najčešći znakovi upozorenja srčanog udara su navedeni u nastavku teksta. Možete imati samo jedan od navedenih simptoma ili kombinaciju simptoma. Simptomi mogu nastupiti naglo ili postupno kroz nekoliko minuta i sve se više pogoršavati. Simptomi obično traju najmanje 10 minuta.

- **Nelagoda ili bol u središnjem dijelu prsa—** koji se često osjeća kao težina, stezanje ili pritisak. Oni koji su imali srčani udar obično ga opisuju kao “da im je slon sjeo na prsa”, “da im je netko jako stegnuo pojas oko prsa” ili kao “jake probavne smetnje”. Nelagoda se može proširiti i u razne dijelove gornjeg dijela tijela.



prsa

- **Nelagoda u ovim gornjim dijelovima tijela:**



ruka(e)



rame(na)



vrat



čeljust



leđa

Možete imati osjećaj gušenja u grlu. Možete imati osjećaj da su vam ruke teške ili beskorisne.

- **Možete imati i druge znakove i simptome:**

- osjećaj da nemate zraka
- mučninu
- hladan znoj
- osjećaj vrtoglavice ili blage nesvjesticе.

Neki ljudi opisuju i osjećaj opće slabosti ili “kao da nešto nije u redu”.

Ako imate znakove upozorenja srčanog udara, pogledajte što piše u planu postupka i brzo potražite pomoć. Nazovite Triple Zero (000)* i tražite vozilo hitne pomoći.

*Ako ne možete dobiti Triple Zero (000) sa svog mobitela, nazovite 112.



Znakovi upozorenja srčanog udara— što učiniti

1. Stanite—Odmah prekinite to što radite i mirujte.

2. Govorite—Ako je s vama još neka osoba, recite toj osobi kako se osjećate.

- Ako uzimate lijekove za anginu:*
 - Uzmite dozu lijeka za anginu. Pričekajte 5 minuta.
 - Imate li još uvijek simptome? Uzmite još jednu dozu lijeka. Pričekajte još 5 minuta.
- Ako je bilo koji od simptoma:
 - žestok
 - brzo se pogoršava
 - traje već 10 minuta

3. Nazovite odmah Triple Zero (000)!**

- Tražite vozilo hitne pomoći (ambulance). Nemojte spustiti slušalicu. Čekajte savjet operatera.

* Lijek za anginu odnosi se na kratko djelujuće lijekove za ublažavanje simptoma angine na bazi nitrata koji se apsorbiraju kroz sluznicu. Oni mogu biti u obliku spreja ili tablete. Najčešći lijek za anginu je glyceryl trinitrate, kojeg ponekad zovu 'GTN'.

** Ako ne možete dobiti Triple Zero (000) sa svog mobitela, pokušajte 112.

Zašto se kod srčanog udara mora hitno reagirati?

Kod srčanog udara, svaka minuta je važna. Previše ljudi izgubi život jer previše vremena prođe prije nego nazovu Triple Zero (000) za vozilo hitne pomoći.

Brzi dolazak u bolnicu može smanjiti oštećenje srčanog mišića i povećati šansu za preživljavanje. U bolnici će vam osoblje pružiti liječenje koji će pomoći kako bi se smanjilo oštećenje.

Zašto treba nazvati Triple Zero (000)?

Kada nazovete Triple Zero (000) dobit ćete:

- vozilo hitne pomoći koje će brzo doći
- tretman čim nazovete
- savjet što trebate učiniti dok čekate na vozilo hitne pomoći.

Osoblje vozila hitne pomoći je kvalificirano za korištenje opreme za spašavanje života i pružanje početnog liječenja u slučaju srčanog udara u samom vozilu hitne pomoći.

Vozilo hitne pomoći je najsigurniji i najbrži način dolaska u bolnicu. Momentalno vam pruža medicinsku pomoć. Ako pokušate doći do bolnice privatnim vozilom, to može biti opasno za putnike u vašem vozilu i druge korisnike u prometu.

Uvijek je bolje otići u bolnicu i saznati da nije u pitanju srčani udar nego ostati kod kuće dok ne bude prekasno.

Želite li saznati više o ovome?

Za više informacija o znakovima upozorenja srčanog udara, posjetite www.heartfoundation.org.au ili nazovite naše Usluge zdravstvenih informacija na **1300 36 27 87**.

Budite pripremljeni

- Naučite koji su znakovi upozorenja srčanog udara i što trebate učiniti.
- Držite pri ruci svoj plan postupka u danom momentu (na hladnjaku ili u novčaniku/torbici).
- Pobrinite se da ste uvijek pretplaćeni za vozilo hitne pomoći.
- Recite svojoj obitelji i prijateljima koji su znakovi upozorenja srčanog udara i što je potrebno učiniti—nemojte držati ovu poruku o spašavanju života za sebe.
- Spriječite još jedan srčani udar poduzimajući korake koji mogu spriječiti opasnost—razgovarajte sa svojim liječnikom, sudjelujte u programu kardiološke rehabilitacije ili posjetite www.heartfoundation.org.au.



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

CON-075-HRV.v2

ISBN 978-1-921748-93-6

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.