

Како ќе знаете ако сте добиле срцев напад?

Важни факти

- **Симптомите на срцев напад секогаш се различни.**

Некој што веќе имал срцев напад, може да има различни симптоми следниот пат.

- **Предупредувачките знаци се разликуваат од лице до лице.**

Срцевите напади не секогаш се ненадејни или сериозни. Честопати тие започнуваат полака со само умерена болка или нелагодност. Некои луѓе не чувствуваат воопшто болка во градите—само непријатност во другите делови од горниот дел на телото.

- **Ако ги знаете предупредувачките знаци на срцев напад и ако реагира брзо може да го намалите оштетувањето на срцевите мускули и да ги зголемите шансите за преживување.**

Премногу луѓе го губат животот затоа што чекаат премногу долго за да се јават на Triple Zero (000) за брза помош.

Запомнете

- **Луѓето кои имале срцев напад се со зголемен ризик да добијат повторно.**

Луѓето со срцева болест кои не бараат медицинска помош, вториот пат ќе имаат предупредувачки знаци на срцев напад.

Овие информации се само за едукација. Тие не се замена за индивидуален здравствен совет од страна на општ лекар или кардиолог (специјалист за срце).

Кои се предупредувачките знаци на срцев напад?

Најчестите предупредувачки знаци на срцев напад се наведени подолу. Вие може да имате само еден од овие симптоми, или може да имате комбинација од неколку. Симптомите може да се јават одеднаш или да се развијат за неколку минути и да се влошуваат. Симптомите обично траат најмалку 10 минути.

- **Нелагодност или болка во центарот на градниот кош—**

Честопати ова може да се чувствува како тежина, тескоба или притисок. Луѓе кои имале срцев напад го опишуваат ова како “слон да ми седи на градите”, “ремен затегнат околу градите” или “лошо варење”. Нелагодноста може да се прошири на различни делови од горниот дел од телото.



Гради

- **Нелагодност во следните делови од горниот дел на телото:**



Река (це)



Рамо (ња)



Врат



Вилица



Грб

Може да имате чувство на давење во грлото. Рацете може да се чувствуваат тешки или бескорисни.

- **Вие може да доживеете и други знаци и симптоми:**

- недостаток на здив
- чувство на гадење
- ладна пот
- вртоглавица или светлина го главата.

Некои луѓе опишуваат како во целина да не се чувствуваат добро или “не баш добро”.

Ако добиете предупредувачки знаци на срцев удар, постапувајте според вашиот план за акција и побарајте брзо помош. Јавете се на Triple Zero (000)* и побарајте брза помош.

*Ако не можете да се јавите на Triple Zero (000) од вашиот мобилен телефон, пробајте 112.



Предупредувачки знаци на срцев напад—што треба да се стори

1. Запрете—Веднаш запрете со она што го правите и одморете.

2. Зборувајте—Ако сте со некого, кажете им што чувствувате.

- Ако примате лекови за ангина:*
 - Земете една доза од лековите за ангина. Чекајте 5 минути.
 - Имате ли се уште симптоми? Земете уште една доза од лековите. Чекајте уште 5 минути.
- Ако некој од симптомите се:
 - сериозни
 - брзо се влошуваат
 - траат 10 минути

3. Повикајте Triple Zero (000) сега!**

- Побарајте брза помош. Не прекинувајте. Чекајте упатства од телефонистот.

* 'Лекови за ангина' се подразбираат лекови кои делуваат брзо и содржат нитрати. Тие се абсорбираат преку кожата на устата за отстранување на симптомите од ангина. Лековите може да бидат во вид на спреј или таблети. Најчест лек за ангина е glyceryl trinitrate, некогаш нарекуван 'GTN'.

** Ако не можете да се јавите на Triple Zero (000) од вашиот мобилен телефон, обидете се 112.

Зошто срцевиот напад е итен случај?

При срцев напад, секоја минута е важна. Премногу луѓе ги губат животите зашто чекаат премногу долго додека да повикаат Triple Zero (000) за брза помош.

Брзото заминување во болница може да го намали оштетувањето на срцевите мускули и да ги зголеми шансите за преживување. Во болница ќе добиете третман кој ќе го намали ова оштетување.

Зошто треба да се повика (000)?

Ако се јавите на Triple Zero (000) ќе добиете:

- Брза помош
- Третман веднаш штом се јавите
- Совет што да сторите додека да пристигне брзата помош.

Екипата на брзата помош е обучена да користи специјална опрема за спасување на живот и да започне ран третман за срцев напад во самото возило.

Брзата помош е најбрзиот и најсигурниот начин да стигнете до болница. Ќе добиете медицинска помош веднаш. Обидот да се стигне брзо до болница во приватно возило може да биде опасен за патниците во возилото и другите корисници на улиците.

Секогаш е подобро да се појде в болница и да ви се каже дека не е срцев напад, отколку да се остане дома и да биде премногу доцна.

Сакате да дознаете повеќе?

За повеќе информации за предупредувачките знаци на срцев напад појдете на www.heartfoundation.org.au или јавете се на нашата Health Information Service на **1300 36 27 87**.

Бидете подготвени

- Научете ги предупредувачките знаци на срцев напад и што треба да сторите.
- Чувајте го вашиот план за акција при рака (на фрижидерот и во новчаникот).
- Имајте осигурување за брза помош.
- Кажете му на семејството и пријателите за предупредувачките знаци на срцев удар и што треба да се стори—не чувајте ја оваа порака за спасување живот само за вас.
- Спречете друг срцев удар со превземање чекори за намалување на ризикот—разговарајте со лекарот, посетете програма за рехабилитација од срцев напад или појдете на www.heartfoundation.org.au.



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

CON-075-MAC.v2

ISBN 978-1-921748-94-3

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.