



Dolore toracico: quando preoccuparsi e cosa fare

A Trieste e Gorizia, in caso di infarto, meno del **50%** dei pazienti attivano i soccorsi entro la prima ora dall'insorgenza dei sintomi, mentre quasi il **30%** arrivano oltre la seconda ora.

Il tempo è importante: se c'è un infarto in atto, uno dei vasi che porta il sangue al cuore si occlude. Ogni minuto trascorso è potenzialmente una parte del muscolo cardiaco che muore: importanti studi hanno dimostrato come la mortalità a un anno dall'infarto aumenti del 7,5% ogni 30 minuti di ritardo nell'accesso alle cure.



Dolore toracico, come si manifesta?

Il dolore toracico può avere molte cause. È molto importante, quindi, sapere quando allarmarsi ed allertare i soccorsi. Tipicamente, nell'infarto miocardico il dolore si manifesta con un senso di pesantezza, oppressione o costrizione al torace, che può estendersi anche alla schiena, alle braccia (più frequentemente a sinistra), al collo o alla mandibola. Spesso si associa ad affaticamento, nausea, sudorazione, mancanza di fiato o sensazione di indigestione.

Talvolta, però, l'infarto si può presentare in modo "atipico", con una sensazione di bruciore o di puntura, ed essere localizzato soltanto alla bocca dello stomaco, al dorso o alla gola. Ciò può creare confusione, ma è bene ricordare che generalmente dura più di qualche minuto (fino a qualche ora), non varia con i movimenti né con gli atti del respiro.



Dolore in atto, cosa faccio?

Se senti un dolore al torace intenso, ampio, oppressivo, che dura più di qualche minuto e si associa a sudorazione, chiama il 112 per essere velocemente trasportato all'ospedale più vicino.

Mentre aspetti i soccorsi puoi assumere della nitroglicerina se ne sei in possesso: siediti o stenditi e metti una compressa sotto la lingua senza deglutire. Questi farmaci possono abbassare la pressione sanguigna, per

cui potresti avere vertigini o capogiri. Presta attenzione a non assumerle se nelle ultime 24 ore hai assunto Viagra o sostanze simili.

Puoi assumere anche due compresse di aspirina masticabile (se non sei allergico!): servono a sciogliere il sangue e in caso di infarto miocardico possono evitare che il quadro peggiori.

Ricordati di avvertire il personale sanitario di tutti i farmaci che hai assunto.

Sono cardiopatico. Se ho dolore toracico, cosa faccio?

Se hai già sofferto dei sintomi della malattia coronarica, sai riconoscere il dolore toracico ad origine cardiaca, e sai quando allertare i soccorsi. Ma ricorda che sei più a rischio degli altri, e non devi

commettere l'errore di sottovalutare le avvisaglie di una possibile recidiva di infarto miocardico. Se il tuo solito dolore toracico non regredisce con il riposo o con la nitroglicerina sublinguale come normalmente succede, allerta il 112 per recarti in ospedale.

Cosa succede dopo che ho allertato i soccorsi?

Il personale del 112, oltre a verificare in un primo momento come stai e se hai necessità immediata di terapie, eseguirà un elettrocardiogramma che verrà teletraspresso alla terapia intensiva cardiologica. Se viene posta diagnosi di infarto miocardico acuto, verrai trasportato direttamente in un ospedale dotato della Sala di Emodinamica, in cui ripristineranno il flusso sanguigno al cuore con l'angioplastica. Se l'elettrocardiogramma non è diagnostico, sarai sottoposto ad ulteriori esami in Pronto Soccorso ed eventualmente verrai valutato dal Cardiologo.

Dopo l'infarto? Alcune domande

Che terapia prenderò e per quanto tempo? Assumerai sicuramente farmaci antiaggreganti (due, nelle prime fasi dopo l'infarto), i betabloccanti e le statine. Alcuni di questi farmaci andranno proseguiti, se tollerati, per tutta la vita. Se hai la pressione alta, dovrai controllarla.

Quali reazioni emotive mi devo aspettare dopo un attacco?

Probabilmente avvertirai paura, rabbia e depressione, ma in circa 6 mesi ti sentirai come prima. Devi avere pazienza, e chiederne ai tuoi familiari.

Potrò riprendere una vita normale? Assolutamente sì! Dovrai rallentare il ritmo all'inizio, ma gradualmente riprenderai tutte le attività che facevi in precedenza. Dovrai impegnarti, però, a condurre una vita sana e a ridurre o controllare il più possibile i fattori di rischio (non fumare, controlla i valori della pressione arteriosa, segui una dieta povera in sale e in grassi animali, cura bene il diabete, riduci il peso corporeo se è eccessivo, fai attività fisica quotidianamente).

Quando potrò andare a lavoro? Circa l'80–90% di coloro che hanno avuto un attacco di cuore ritorna a lavorare entro 2–3 mesi, riprendendo i precedenti ruoli.

Potrò avere rapporti sessuali? Molte persone possono tornare ad avere rapporti sessuali dopo poche settimane da un attacco di cuore. È bene però consultare il medico prima di assumere eventuali farmaci: se assumi alcune tipologie di farmaci come i nitrati, essi sono controindicati.

Potrò viaggiare? Un cardiopatico stabile ed efficacemente trattato può viaggiare. Porta con te una scorta sufficiente di farmaci e una relazione medica che riassume la tua condizione clinica. Se vai in montagna, limitati ad un'altitudine di circa 1500 metri.

Dovrò vaccinarmi? Come cardiopatico, sei più a rischio in occasione di infezioni virali o batteriche; perciò sono consigliabili le vaccinazioni anti-influenzale ed anti-pneumococcica.



A cura della SC Cardiologia ASUITs e AAS2; Linee di Gestione PSR FVG 2018

Con il patrocinio di:



**ORDINE DEI MEDICI
CHIRURGI E ODONTOIATRI
DELLA PROVINCIA DI TRIESTE**



**ordine dei medici
chirurghi e odontoiatri
della provincia di gorizia**