Pranešimas žiniasklaidai

2024-11-25

**Varginantis dusulys gali būti plautinės hipertenzijos požymis – ką svarbu žinoti?**

**Plautinė hipertenzija (PH) – būklė, kai plaučių arterijose padidėja kraujo spaudimas, todėl dešinysis širdies skilvelis turi susitraukti naudodamas kur kas didesnę jėgą, kad nugalėtų pasipriešinimą ir užtikrintų stabilią kraujotaką. Vilniaus „Kardiolitos klinikų“ Kardiologijos centro gydytoja kardiologė dr. Eglė Grigonienė pažymi, kad jei tokia būklė užtrunka ilgesnį laikotarpį, pradeda vystytis dešiniojo skilvelio ir visos širdies nepakankamumas.**

„Plaučių hipertenzija yra gana dažnai pasitaikanti būklė, kuri gali išsivystyti visų amžiaus grupių pacientams. Dabartiniais vertinimais, PH paplitimas sudaro apie 1 proc. pasaulio gyventojų. Dėl širdies ir plaučių ligų, išprovokuojančių šią būklę, PH dažniau pasitaiko vyresniems nei 65 metų amžiaus asmenims – skaičiuojama, kad apie 10 proc. visų šio amžiaus asmenų turi PH sindromą“, – sako dr. E. Grigonienė.

Svarbu paminėti, jog be pagrindinės ligos formos yra keli itin specifiški ir reti plaučių hipertenzijos sindromo tipai – lėtinė trombinė embolinė plautinė hipertenzija (LTEPH) ir plaučių arterinė hipertenzija (PlčAH), kuri dažniau pasitaiko jaunesnio ir vidutinio amžiaus moterims.

**Kodėl ši liga išsivysto?**

PH sindromą gali sukelti daugelis skirtingų širdies ir plaučių ligų bei kiti sisteminiai susirgimai, o pati dažniausia priežastis – kairiosios širdies pusės ligos.

„Kai kairysis skilvelis nesugeba efektyviai pumpuoti kraujo dėl esamo širdies nepakankamumo, širdies vožtuvų ydų ar išeminės širdies ligos, ilgainiui atsiranda kraujo sąstovis plaučių venose, o tai gali komplikuotis į PH ir dar labiau progresuojantį širdies nepakankamumą. Optimalus minėtų ligų gydymas gali padėti užkirsti kelią PH atsiradimui arba sumažinti jos išraišką“, – teigia gydytoja kardiologė.

Dažniausia plaučių liga, nulemianti PH atsiradimą, yra lėtinė obstrukcinė plaučių liga, kuri išsivysto dėl ilgamečio rūkymo. Dėl šios priežasties, ja susirgus reikalingas ne tik optimalus gydymas, tačiau taip pat būtina mesti rūkyti.

PH įprastai yra lėtinė progresuojanti liga, tačiau ji gali atsirasti ir ūmiai, esant tam tikroms būklėms, pavyzdžiui, plaučių arterijos trombozei, miokardo infarktui, plaučių uždegimui, krūtinės ląstos traumai. Išgydžius šias ūmias ligas, dažniausiai normalizuojasi ir kraujo spaudimas plaučių arterijoje.

**Kaip pasireiškia šis sindromas?**

Vienas iš pagrindinių pacientų, sergančių PH, jaučiamų simptomų – dusulys. Ligos pradžioje oro trūkumas gali pasireikšti tik didelio fizinio krūvio metu, tačiau ilgainiui dusulys ima varginti ir atliekant namų ruošos darbus ar net ramybės būsenoje.

„Taip pat neretai atsiranda ir kiti simptomai, tokie kaip pakitęs širdies plakimas, ritmo sutrikimai, skausmas krūtinėje, greitas nuovargis, galvos svaigimas, alpimai ar kojų patinimas. Visi šie požymiai būdingi ir daugeliui kitų širdies ligų, todėl diagnozuoti PH nėra lengva – pagal paciento nurodomus simptomus, retas gydytojas pagalvoja būtent apie šį sindromą“, – pastebi „Kardiolitos klinikų“ gydytoja kardiologė.

Įtarti PH kartais padeda pokyčiai, pastebimi atlikus elektrokardiogramą, plaučių kompiuterinę tomogramą ar rentgenogramą. Visgi svarbiausias ir būtinas tyrimas, leidžiantis įvertinti šios ligos tikimybę, yra širdies ultragarsinis tyrimas (echokardiografija), kurį atlieka pacientą konsultuojantis gydytojas kardiologas.

„Kiti reikalingi tyrimai parenkami individualiai kiekvienam konkrečiam pacientui. Jei atlikus echokardiografiją, pastebimi sunkios PH požymiai arba įtariamos minėtos retos PH formos – PlčAH ar LTEPH, galutinai patvirtinti diagnozę leidžia atliekamas invazinis hemodinamikos vertinimas – dešiniųjų širdies ertmių manometrija“, – pažymi dr. E. Grigonienė.

Svarbu pabrėžti, kad PH dažniausiai yra progresuojanti, todėl jos negydant toliau didėja kraujo spaudimas plaučių kraujagyslėse, vystosi širdies nepakankamumas, atsiranda kvėpavimo funkcijos nepakankamumas, kitų organų pažeidimai, o tai ne tik blogina gyvenimo kokybę, tačiau trumpina ir jo trukmę.

**Kaip PH yra gydoma?**

Kadangi ši liga gali atsirasti dėl įvairių priežasčių, jos gydymas kiekvienu atveju taip pat skiriasi. Kartais užtenka optimizuoti pagrindinės širdies ar plaučių ligos gydymą, o kartais reikia pasitelkti labai specifines medikamentines ar intervencines gydymo priemones.

„Retais atvejais PH gali būti išgydoma. Pavyzdžiui, jei ligą sukėlė vartotas vaistas, į organizmą patekęs toksinas ar narkotinės medžiagos – nutraukus jų vartojimą ir paskyrus reikalingą gydymą, žmogus pasveiksta. Taip pat pasveikti gali pacientai, sergantys plaučių trombozės sukelta PH, kai taikomas chirurginis gydymas – plaučių arterijos endarterektomija – tačiau toks gydymo būdas įmanomas tik nedidelei daliai pacientų“, – akcentuoja gydytoja kardiologė.

Vis dėl to, dažniausiai PH yra neišgydoma liga. Sergantiesiems PH pablogėja fizinio krūvio tolerancija, mažėja darbingumas, blogėja gyvenimo kokybė, todėl tenka išmokti gyventi su liga ir prisitaikyti prie savo galimybių.

„Noriu pabrėžti, jog šiuo metu yra ir medikamentinių, ir nemedikamentinių gydymo priemonių, dėl kurių galima ligą kontroliuoti, ženkliai sumažinti simptomų išraišką, stabdyti ligos progresavimą ir tokiu būdu ne tik gerinti gyvenimo kokybę, tačiau ir sumažinti mirtingumo riziką“, – atkreipia dėmesį dr. E. Grigonienė.

Žinoma, šiems pacientams labai svarbu laikytis gydymo režimo – vaistus vartoti taip, kaip buvo rekomenduota, reguliariai atvykti pasikonsultuoti su savo gydytoju. PH pacientams yra pavojingesnės kvėpavimo takų infekcijos, todėl vertėtų nepamiršti sezoninių gripo, COVID-19 bei pneumokokinių vakcinų.

Sergant PH, labai svarbu laikytis bendrų sveikos gyvensenos taisyklių – pasirūpinti subalansuota mityba, nerūkyti bei išlaikyti tinkamą fizinį aktyvumą. Apie jį reikėtų pasitarti su savo gydytoju, nes netinkamai parinktas krūvis sergantiesiems šia liga gali būti žalingas.

„Daliai sunkia PH forma sergančių pacientų fizinis aktyvumas dozuojamas palaipsniui, prižiūrint patyrusiems kineziterapeutams, fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojams, vykdant specializuotos PH reabilitacijos paslaugą, kuri Lietuvoje taip pat yra prieinama“, – primena Vilniaus „Kardiolitos klinikų“ gydytoja kardiologė dr. Eglė Grigonienė.

*„Kardiolitos klinikoms“ priklauso 6 klinikos Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose ir Utenoje, kuriose dirba apie 700 aukščiausios kvalifikacijos gydytojų. Klinikos teikia 45 medicinos sričių paslaugas tiek Lietuvos, tiek iš užsienio šalių atvykstantiems klientams. Naujausios „Kardiolitos klinikų“ užsakymu „Spinter research“ 2024 m. rugsėjį atliktos apklausos duomenimis, „Kardiolitos klinikos“ yra žinomiausios iš visų privačių gydymo įstaigų Lietuvoje.*