Pranešimas žiniasklaidai

2025-11-24

**Gydytojas kardiologas: neinvazinė širdies ligų diagnostika gerokai sumažino pavėluotų atvejų skaičių**

**Per pastarąjį dešimtmetį širdies ligų diagnostika sparčiai tobulėjo – tiek technologijų tikslumas, tiek jų prieinamumas gerokai išaugo. Modernūs echoskopai leidžia pastebėti net smulkiausius struktūrinius pakitimus, o kompiuterinės tomografijos (KT) ir magnetinio rezonanso tomografijos (MRT) tyrimai suteikia galimybę tiksliai įvertinti širdies anatomiją, kraujagysles ir audinio būklę be invazinių procedūrų. Plačiau apie šiuolaikines diagnostikos galimybes pasakoja Kauno plataus profilio klinikos „Meliva“ (anksčiau – „Kardiolitos klinikos“) Kardiologijos centro gydytojas kardiologas Gediminas Brazaitis.**

„Neurohumoraliniai ir genetiniai žymenys taip pat suteikia vis daugiau informacijos apie ligos riziką ir eigą. Tai iš esmės pakeitė gydytojų kardiologų darbą. Dabar galime priimti labiau pagrįstus sprendimus, anksčiau nustatyti diagnozes ir tiksliau parinkti gydymą, todėl gerokai sumažėjo atvejų, kai liga nustatoma per vėlai“, – pasakoja G. Brazaitis.

**Modernios diagnostikos galimybės**

Vienas pagrindinių ir dažniausiai taikomų neinvazinių tyrimų yra echoskopija, atliekama echoskopo daviklį priglaudus prie odos ties tiriamu organu.

„Echoskopija parodo širdies ertmes, jų dydį, sienelių storį, širdies raumens susitraukimo jėgą, vožtuvų veiklą ir kraujo tėkmę. Šis tyrimas leidžia nustatyti širdies nepakankamumą, vožtuvų nesandarumus ar susiaurėjimus, kardiomiopatijas, perikardo skysčio sankaupas ir daugelį struktūrinių sutrikimų. Jį verta atlikti pacientams, jaučiantiems dusulį, krūtinės skausmus, širdies ūžesius, patyrusiems miokardo infarktą ar tiems, kuriems įtariamos įgimtos arba įgytos širdies ligos“, – sako gydytojas kardiologas.

Kitas širdies ligų diagnostikoje plačiai taikomas tyrimas yra Holterio paros monitoravimas. Tai diagnostinis metodas, leidžiantis 24 valandas nuolat registruoti širdies elektrinį aktyvumą ir stebėti ritmo pokyčius žmogui gyvenant įprastą kasdienį gyvenimą. Tyrimas taikomas pacientams, jaučiantiems nepastovų širdies plakimą, epizodinius permušimus, alpimą ar galvos svaigimą. Jis taip pat skiriamas tais atvejais, kai įtariami ritmo ir laidumo sutrikimai, tačiau įprasta elektrokardiograma jų neatskleidžia.

„Tyrimas ypač naudingas vertinant prieširdžių virpėjimo epizodus, skilvelines ekstrasistoles, bradikardiją, per lėtą širdies ritmą ir laidumo sutrikimus. Holterio monitoravimas padeda tiksliai susieti paciento jaučiamus simptomus su realiais ritmo pokyčiais, nustatyti epizodinius sutrikimus, kurie nepasireiškia įprasto vizito metu, ir įvertinti, ar taikomas gydymas yra veiksmingas“, – dalijasi gydytojas kardiologas.

Siekiant nustatyti širdies reakciją į fizinį krūvį, krūvio toleranciją ir galimus krūvio sukeltus išemijos požymius, taikoma veloergometrija. Šis tyrimas ypač svarbus įtariant krūtinės anginą, vertinant koronarinės ligos riziką ar stebint paciento būklę po gydymo.

**Leidžia išvengti komplikacijų**

Nors dauguma neinvazinių tyrimų atliekami jau pasireiškus simptomams, tam tikrais atvejais juos verta atlikti ir profilaktiškai – ypač pacientams, turintiems rizikos veiksnių, tokių kaip aukštas kraujospūdis, cholesterolio disbalansas, šeiminis polinkis, diabetas ar antsvoris. Ankstyvas ištyrimas gali padėti nustatyti besimptomes patologijas, kurios kitu atveju būtų pastebėtos tik ligai progresavus. G. Brazaitis pažymi, kad Holterio paros monitoravimas profilaktiškai atliekamas rečiau, tačiau echoskopija ir veloergometrija tam tikroms pacientų grupėms yra ypač naudingi tyrimai.

„Svarbu, kad pacientas, kuriam bus atliekamas Holterio monitoravimas, vilkėtų laisvus drabužius ir užsiimtų įprastine veikla. Likus 24 valandoms iki veloergometrijos pravartu vengti didelio fizinio krūvio, o likus 2–3 valandoms – nevalgyti gausiai, susilaikyti nuo kofeino ir nikotino, taip pat tą dieną nevartoti širdies susitraukimų dažnį retinančių vaistų. Ne mažiau svarbu patogiai apsirengti ir avėti sportinę avalynę“, – aiškina gydytojas kardiologas.

G. Brazaitis pratęsia, kad lyginant su tradiciniais invaziniais metodais, neinvaziniai tyrimai yra saugūs, neskausmingi, greiti ir nereikalauja hospitalizacijos. Jie suteikia daug diagnostinės informacijos nesukeliant komplikacijų rizikos, būdingos invaziniams tyrimams. Pacientui tai reiškia mažesnį stresą, greitesnį grįžimą į kasdienį gyvenimą ir galimybę reguliariai stebėti širdies būklę. Šie tyrimai dažnai yra pirmasis žingsnis nustatant, ar reikalinga tolesnė ir gilesnė diagnostika.

**Širdies ligų galima išvengti**

Pasak gydytojo kardiologo, į diskomfortą krūtinės srityje naudinga atkreipti dėmesį tuomet, kai skausmas kartojasi ir yra spaudžiančio pobūdžio. Susirūpinti verta ir tais atvejais, kai pasireiškia dusulys ramybės metu ar net esant nedideliam fiziniam krūviui, permušimai ar staigūs širdies plakimo epizodai. Ne mažiau svarbūs simptomai yra kojų tinimas, neįprastas nuovargis ar sumažėjęs fizinis pajėgumas.

„Jei šeimoje buvo ankstyvų širdies ligų atvejų, rizika susirgti išauga kelis kartus. Todėl net ir nejaučiant jokių simptomų vertinga gydytojo specialisto konsultacija“, – teigia Kauno plataus profilio klinikos „Meliva“ Kardiologijos centro gydytojas kardiologas G. Brazaitis.

Sveika mityba, kurioje gausu daržovių, viso grūdo produktų ir nesočiųjų riebalų, reguliarus fizinis aktyvumas bent 5 val. per savaitę, streso valdymas, pakankamas 7–8 val. nakties miegas ir žalingų įpročių atsisakymas yra pagrindiniai veiksniai, padedantys išsaugoti širdies sveikatą. Taip pat svarbu kontroliuoti kraujospūdį, cholesterolio ir gliukozės kiekį kraujyje bei palaikyti normalų kūno svorį (kūno masės indeksas tarp 19 ir 25).

*„Meliva“ – didžiausias privačių sveikatos priežiūros paslaugų tinklas Lietuvoje, valdantis 85 klinikas ir 5 laboratorijas 27 miestuose. Jose dirba daugiau kaip 3 600 aukštos kvalifikacijos specialistų, teikiančių visų medicinos sričių paslaugas. „Meliva“ priklauso pirmaujančiai Suomijos privačiai sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų teikėjai „Mehiläinen“, garsėjančiai pažangiomis skaitmeninėmis sveikatos priežiūros paslaugomis ir aukštais skandinaviškais kokybės standartais.*