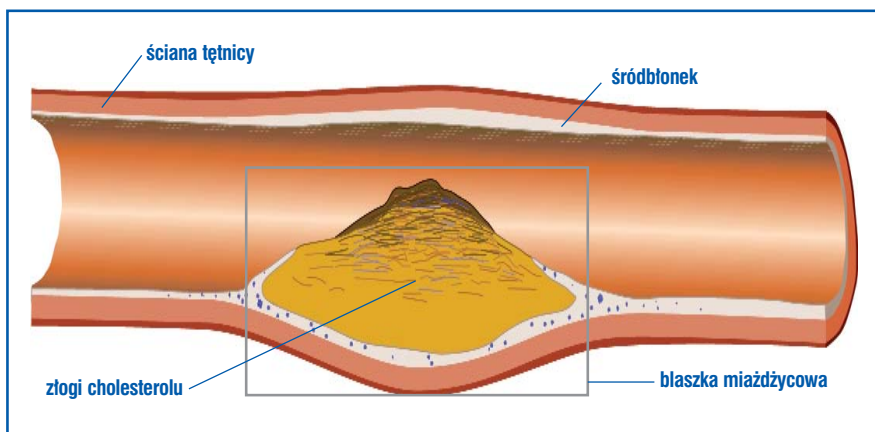




Miażdżyca (cz. I)

W poprzednich trzech odcinkach „Kącika medycznego” zajmowaliśmy się chorobą nadciśnieniową, na którą cierpi ok. 30% dorosłych Polaków (ok. 8 milionów ludzi). Tematu nie wyczerpaliliśmy do końca, ale ze względu na to, że chcemy poruszyć na naszych łamach jeszcze wiele innych ciekawych i ważnych zagadnień, przechodzimy dzisiaj do następnej bardzo rozpowszechnionej choroby – miażdżycy. Wszystkich zainteresowanych problemem nadciśnienia tętniczego odsyłamy natomiast do licznych książek i poradników, które dostępne są w księgarniach. Jeden z nich prezentujemy na następnej stronie.



Rys. 1. Blaszka miażdżycowa w ścianie naczynia tętniczego.

Miażdżyca (łac. atherosclerosis), zwana także arteriosklerozą lub stwardnieniem tętnic, jest przewlekłą i postępującą chorobą metaboliczną, która dotyczy całego organizmu. Ma wiele przyczyn i złożony, wieloletni przebieg.

Jej istotą jest odkładanie się w ścianach tętnic złogów cholesterolu pod postacią tzw. blaszek miażdżycowych. Procesowi temu sprzyjają m. in. podwyższone ciśnienie krwi (nadciśnienie tętnicze), zbyt wysoki poziom cukru we krwi (cukrzyca) oraz substancje wchłaniające do krwi z dymu tytoniowego (palenie papierosów). Złogi cholesterolu z biegiem lat włóknieją, wapnieją i w końcu mogą całkowicie zatkać światło tętnic. Wtedy dopiero – po wielu latach od początku choroby – pojawiają się jej objawy.

Blaszki miażdżycowe

Tętnice to naczynia krwionośne, które docierają od serca do wszystkich narządów naszego organizmu, dostarczając krew, a wraz z nią – tlen i składniki odżywcze. W młodości są one bardzo elastyczne i idealnie gładkie od wewnątrz. Krew może w nich swobodnie płynąć nie napotykając na żadne przeszkody.

Z biegiem lat naturalny proces starzenia się całego organizmu obejmuje również naczynia krwionośne. Na ściankach tętnic – od wewnątrz – zaczynają odkładać się niewielkie cząsteczki cholesterolu. Uszkadzają one wewnętrzną, idealnie gładką powierzchnię tętnicy (tzw. śródbłonek) i wnikają w głąb ich ścian. Wewnętrzna powierzchnia staje się szorstka

i zgrubiała. To z kolei powoduje, że kolejne złogi cholesterolu i innych tłuszczów przyklejają się do niej jeszcze szybciej (Rys. 1.).

Powstające w ścianie tętnicy złogi cholesterolu rozpoznawane są przez układ odpornościowy jako niepożądane ciało obce. Otaczane są przez specjalne komórki, które mają za zadanie je zniszczyć. Są to m. in. białe krwinki, które rozpoczynają miejscowy proces zapalny – taki jak przy infekcji bakteryjnej. Próbując usunąć złogi cholesterolu, niszczą one niestety jednocześnie śródbłonek. W uszkodzonych miejscach do ściany tętnicy przyklejają się chętnie płytki krwi, które powodują ryzyko powstania zakrzepów.

Proces eliminacji złogów cholesterolu przez układ odpornościowy nie zawsze jest skuteczny. Wtedy powstaje blaszka miażdżycowa (Rys. 1.). Tętnice tracą swoją elastyczność – blaszka miażdżycowa twardej i włóknistej – a ich światło staje się coraz bardziej wąskie. Wnętrze zmienionych miażdżycowo tętnic przypomina trochę starą rurę centralnego ogrzewania – od wewnątrz znajduje się w niej mnóstwo osadu, który zwęża światło. W przypadku tętnicy tym „osadem” są blaszki miażdżycowe.

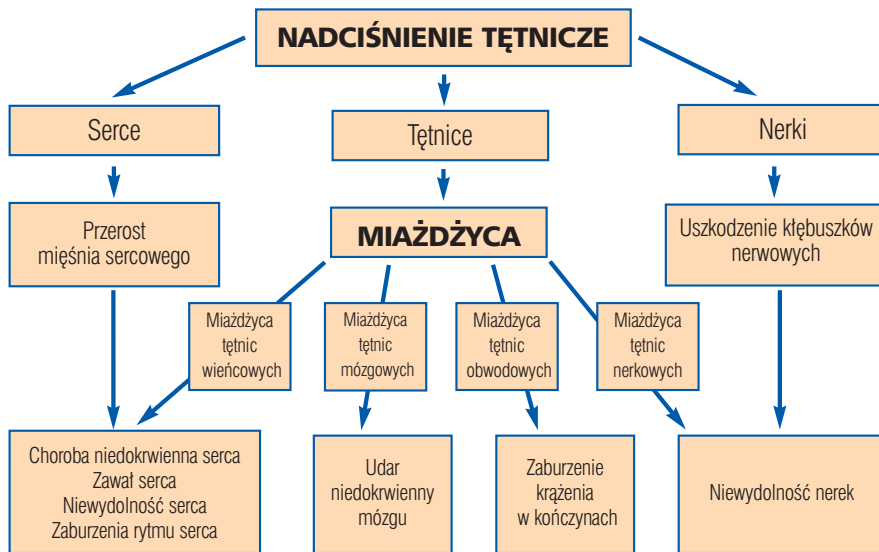
W miarę upływu czasu, zawirowania krwi powstające przy „zgrubieniu” w ścianie tętnicy (przy blaszce miażdżycowej) mogą prowadzić do powstawania zakrzepów krwi, które mogą nagle zatkać całą tętnicę.

Przyczyny miażdżycy

Nie udało się dotychczas jednoznacznie ustalić, jaka jest przyczyna miażdżycy. Istotną rolę w jej powstawaniu odgrywają na pewno wiek oraz obciążenia dziedziczne, o których może świadczyć np. zawał serca u któregoś z krewnych przed 50 r. ż. Poza tym wśród czynników mających wpływ na powstawanie i szybkość rozwoju miażdżycy wymienia się najczęściej:

- zbyt wysoki poziom cholesterolu całkowitego (powyżej 200 mg%),
- zbyt wysoki poziom „złego” cholesterolu (LDL),
- zbyt niski poziom „dobrego” cholesterolu (HDL),
- nadciśnienie tętnicze,
- palenie papierosów,
- cukrzycę,
- otyłość,
- brak ruchu, nieodpowiednią dietę, stres oraz depresję.

Przyczyną szybkiego rozwoju miażdżycy może być także zakażenie chlamydiami (drobnoustroje wywołujące zakażenie dróg oddechowych). Osoby po zawałcie serca, które mają podwyższony poziom przeciwciał przeciwko chlamydii (co świadczy o przewlekłym zakażeniu), są zagrożone czterokrotnie większym ryzykiem wystąpienia kolejnego zawału niż osoby, u których poziom tych przeciwciał jest w normie.



Rys. 2 Szkody wywołane w organizmie człowieka przez nadciśnienie tętnicze. Miażdżycą jest jednym z powikłań nadciśnienia tętniczego i może prowadzić do uszkodzenia wielu narządów poprzez zmiany, jakie powoduje w tętnicach zaopatrujących je w tlen i składniki odżywcze.

Związek miażdżycy z innymi chorobami

Choroby układu sercowo-naczyniowego rzadko występują pojedynczo. Najczęściej współistnieją ze sobą i wzajemnie się nasilają. W poprzednich odcinkach „Kącika medycznego” mówiliśmy o powikłaniach nadciśnienia tętniczego. Miażdżycą jest jednym z nich (Rys. 2.). Miażdżycą wykazuje także silne powiązania przyczynowe z otyłością i cukrzycą. Te trzy choroby zalicza się do wspólnej grupy tzw. metabolicznych chorób cywilizacyjnych. Ich powstanie pozostaje bowiem w związku z wpływem na człowieka czynników zewnętrznych, kształtowanych przez współczesną cywilizację.

Diagnostyka miażdżycy

Nie opracowano dotychczas jednego specyficznego badania, które pozwoliłoby na wykrycie miażdżycy we wczesnym etapie jej rozwoju i określenie stopnia jej zaawansowania. Dopiero gdy miażdżycą jest już bardzo zaawansowana i w znacznym stopniu spowodowała uszkodzenie naczyń, można ją wykryć za pomocą specjalistycznego badania USG. Lekarz może w nim zaobserwować zgrubienia tętnic. Pomocne bywa również tzw. badanie USG z Dopplerem, które pozwala ocenić zaburzenia przepływu krwi przez chore tętnice. Koronarografia (badanie stanu tętnic serca za pomocą wstrzykniętego dożylnie środka kontrastującego) pozwala ocenić stan tętnic wieńcowych. Ryzyko zagrożenia miażdżycą

można też ocenić ogólnie na podstawie wyników badań krwi – poziomu cholesterolu, jego frakcji HDL i LDL oraz stężenia triglicerydów.

Objawy miażdżycy

W zależności od głównego umiejscowienia zmian (choroba rozwija się we wszystkich tętnicach) miażdżycą może powodować różne

dolegliwości. Jeżeli głównie dotyczy tętnic wieńcowych – zaopatrujących serce – powoduje chorobę wieńcową i może zakończyć się zawałem serca. Jeżeli rozwija się przede wszystkim w tętnicach obwodowych, może prowadzić do poważnych zaburzeń krążenia krwi w nogach i ich niedokrwienia, a nawet amputacji. Jeżeli miażdżycą dotyczy tętnic mózgowych, powoduje otępienie starcze i może zakończyć się udarem niedokrwinnym mózgu ze wszystkimi jego konsekwencjami.

Bez względu na lokalizację zmian miażdżycowych mechanizmy powstawania dolegliwości, które są z nimi związane, są bardzo podobne. U ich podstaw leży bowiem zablokowanie przez blaszki miażdżycowe przepływu krwi w tętnicach i niedokrwienie lub obumarcie tkanek lub narządów, które są przez nie odżywiane i zaopatrywane w tlen.

Nie jest prawdą, że miażdżycą dotyczy wyłącznie osób w podeszłym wieku. To fakt, że najszybciej rozwija się u 50-60-latków, ale liczne badania wskazują, że rozpoczyna się znacznie wcześniej – już u osób dwudziestoletnich! Początkowo nigdy nie daje żadnych objawów. Rozwija się podstępnie przez wiele lat i daje o sobie znać, gdy jest już bardzo zaawansowana. Dlatego każdy powinien pamiętać o czynnikach jej ryzyka i zasadach profilaktyki oraz leczenia, o których napiszemy następnym razem.

Poradnik dla pacjenta z nadciśnieniem tętniczym

Rekomendowany przez Grupę Roboczą PTNT ds. Edukacji Pacjenta z Nadciśnieniem

Pod redakcją
Tomasza Grodzickiego
Krzysztofa Narkiewicza
Barbary Wizner

VIM VIA MEDICA

W poprzednich trzech odcinkach „Kącika medycznego” omawialiśmy temat nadciśnienia tętniczego. Jest on obszerny i nie został do końca wyczerpany. Dlatego dla wszystkich zainteresowanych osób, które są członkami programu Złota Karta ConvaTec, nasza redakcja ufundowała 100 egz. książki „Poradnik dla pacjenta z nadciśnieniem tętniczym” wydany w 2004 r. Pozycja ta jest jedną z najlepszych, jakie można znaleźć w księgarniach. Autorzy książki przedstawili w sposób bardzo dokładny, a zarazem przystępny, wszystkie najważniejsze zagadnienia dotyczące choroby nadciśnieniowej.

Aby otrzymać książkę, wystarczy zadzwonić do Działu Pomocy ConvaTec (bezpłatna infolinia: 0800 120-093) i podać numer swojej karty. Poradnik zostanie wysłany bezpłatnie pod wskazany adres.