



Κέντρο
Γυναικείας
Καρδιάς



**ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑΣ
ΚΑΡΔΙΑΣ**

Τα καρδιαγγειακά νοσήματα παραδοσιακά θεωρούνται νοσήματα των ανδρών.

Ωστόσο, τα στοιχεία δείχνουν ότι οι καρδιαγγειακές παθήσεις αποτελούν την κύρια αιτία θανάτου στις γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση.

Μία στις οκτώ γυναίκες ηλικίας 45 έως 65 ετών έχει κάποια μορφή καρδιοπάθεια ενώ μία στις τέσσερις γυναίκες πεθαίνει από καρδιαγγειακή νόσο. Παρόλα αυτά, η έγκαιρη διάγνωση της καρδιαγγειακής νόσου μπορεί να αποβεί σωτήρια σε ποσοστό έως και 90%.

Αναγνωρίζοντας τις αυξημένες ανάγκες φροντίδας της γυναικείας καρδιάς, στο Ερρίκος Ντυνάν Hospital Center δημιουργήθηκε ένα πρότυπο Κέντρο Γυναικείας Καρδιάς, το πρώτο στην Ελλάδα, με σκοπό την ευαισθητοποίηση των γυναικών όσον αφορά στην πρόληψη των νοσημάτων της καρδιάς.

ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ

Το Κέντρο Γυναικείας Καρδιάς στοχεύει πρωτίστως στο να εκπαιδεύει από νεαρή ηλικία τις γυναίκες, προκειμένου να αναγνωρίζουν εγκαίρως τα συμπτώματα της καρδιαγγειακής νόσου. Παράλληλα, στο Κέντρο αντιμετωπίζονται αποτελεσματικά ήδη υπάρχουσες καρδιολογικές παθήσεις.

Με τον τρόπο αυτό, το Κέντρο Γυναικείας Καρδιάς διαδραματίζει πρωταγωνιστικό ρόλο στην ανάπτυξη νέων εργαλείων διάγνωσης και θεραπείας καθώς και στην παροχή εξειδικευμένης φροντίδας στις γυναίκες.

Επιπλέον, το Κέντρο, στελεχωμένο με έμπειρο και εξειδικευμένο ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό, είναι σε συνεργασία με ιατρούς όλων των ειδικοτήτων καθώς και άλλους επαγγελματίες υγείας, προκειμένου να υπάρχει η βέλτιστη αντιμετώπιση των καρδιολογικών παθήσεων και των συνοδών νοσημάτων.

ΣΕ ΤΙ ΔΙΑΦΕΡΕΙ Η ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΔΡΙΚΗ ΚΑΡΔΙΑ

Η βασική διαφορά στην καρδιακή λειτουργία των δύο φύλων έγκειται στο γεγονός ότι ο γυναικείος οργανισμός εκκρίνει οιστρογόνα. Πρόκειται για ορμόνες που έχουν ιδιαίτερα προστατευτική δράση για τα αγγεία, καθώς αυξάνουν την καλή-HDL χοληστερόλη και μειώνουν τον κίνδυνο καρδιαγγειακών νοσημάτων. Καθ' όλη τη διάρκεια της αναπαραγωγικής περιόδου μιας γυναίκας, τα οιστρογόνα βρίσκονται στη μέγιστη τιμή τους, ενώ, όταν η γυναίκα μπει στην εμμηνόπαυση, ο κίνδυνος εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων εξισώνεται με αυτόν των ανδρών.

Ποιες γυναίκες έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να νοσήσουν από κάποια καρδιολογική πάθηση;

Οι παραδοσιακοί παράγοντες κινδύνου για καρδιακές παθήσεις είναι παρόμοιοι μεταξύ ανδρών και γυναικών. Μεταξύ αυτών είναι η υπέρταση, η υπερχοληστερολαιμία, το κάπνισμα, η παχυσαρκία, ο σακχαρώδης διαβήτης και η καθιστική ζωή.

Ωστόσο, ορισμένες καταστάσεις, όπως η πρόωρη εμμηνόπαυση και η εγκυμοσύνη, επηρεάζουν έντονα τις γυναίκες, αποτελώντας δυνητικούς παράγοντες κινδύνου.

Τι συμβαίνει στις γυναίκες 30-50 ετών;

Η βασική καρδιακή πάθηση στις γυναίκες μεταξύ 30-50 ετών είναι οι αρρυθμίες, σε συχνότητα μάλιστα μιάνιση φορά μεγαλύτερη απ' ό,τι στους άνδρες. Τα κυριότερα συμπτώματα που θα πρέπει να ενεργοποιήσουν μια γυναίκα να προσέλθει στο Κέντρο είναι:

- Αίσθημα παλμών / φτερούγισμα στο στήθος
- Αίσθημα διακοπής του φυσιολογικού ρυθμού της καρδιάς
- Δύσπνοια / λαχάνιασμα
- Εύκολη κόπωση
- Λιποθυμία
- Ζάλη

Τι συμβαίνει κατά την περίοδο της εμμηνόπαυσης;

Κατά την εμμηνόπαυση παρατηρείται δραματική πτώση των επιπέδων των οιστρογόνων. Αυτό έχει επιπτώσεις στον οργανισμό της γυναίκας, όπως:

- **Στον μεταβολισμό των λιπιδίων:** αυξάνεται η τιμή της ολικής και της κακής-LDL χοληστερόλης και μειώνεται η τιμή της καλής-HDL χοληστερόλης.
- **Στην πίεση του αίματος:** αυξάνεται η κατακράτηση υγρών και, επομένως, η αρτηριακή πίεση.
- **Στην κατανομή του λίπους:** αυξάνεται το συνολικό λίπος, κυρίως στην περιοχή της κοιλιάς, το οποίο συνδέεται με τα καρδιαγγειακά νοσήματα.

- **Στον μεταβολισμό των υδατανθράκων:** διαταράσσεται ο μεταβολισμός τους, με αποτέλεσμα να παρατηρείται αυξημένη αντίσταση στην ινσουλίνη, κακή ανοχή στη γλυκόζη, δηλαδή συνθήκες που προδιαθέτουν για την εμφάνιση σακχαρώδους διαβήτη ή αυτού που λέγεται μεταβολικό σύνδρομο.
- **Στο αίμα:** αυξημένη ηχητικότητα του αίματος, με αυξημένο κίνδυνο εμβολών.

ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΡΟΛΗΦΘΟΥΝ ΤΑ ΚΑΡΔΙΑΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ;

Τα καρδιαγγειακά νοσήματα είναι δυνατόν να προληφθούν με:

- διακοπή του καπνίσματος
- διατροφή φτωχή σε κεκορεσμένα λιπαρά και πλούσια σε φυτικές ίνες
- σωματική άσκηση
- τακτικό προληπτικό έλεγχο.

ΣΕ ΠΟΙΕΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

Στο Κέντρο Γυναικείας Καρδιάς μπορούν να απευθυνθούν γυναίκες οποιαδήποτε ηλικίας, ανεξαρτήτως ιατρικού ιστορικού, καθώς στόχος είναι η πρόληψη και η αντιμετώπιση των καρδιαγγειακών παθήσεων.

Πιο συγκεκριμένα, στο Κέντρο Γυναικείας Καρδιάς μπορούν να απευθύνονται για προληπτικό έλεγχο γυναίκες, οι οποίες:

- πραγματοποιούν τον ετήσιο έλεγχο ρουτίνας
- είναι σε εμμνόπαυση ή προ-εμμνόπαυση
- συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες
- λαμβάνουν αντισυλληπτικά σκευάσματα
- έχουν θετικό κληρονομικό ιστορικό.

Επίσης, γίνεται διάγνωση σε γυναίκες με συμπτώματα όπως:

- πόνο στο στήθος
- δύσπνοια / «κοντή» ανάσα
- ζάλη αγνώστου αιτιολογίας
- αίσθημα παλμών / «φτερούγισμα».

Ακόμα, γυναίκες που έχουν ήδη διαγνωσθεί με:

- καρδιακή ανεπάρκεια
- αρτηριακή υπέρταση (προ ή μετά την εμμνόπαυση ή την κύηση)
- στεφανιαία νόσο
- δυσλιπιδαιμία
- κολπική μαρμαρυγή
- βαλβιδοπάθειες.

Επισκεφθείτε το Κέντρο Γυναικείας Καρδιάς εάν ισχύουν για εσάς δύο ή περισσότερα από τα παρακάτω:

- Προ-εμμηνόπαυση ή εμμηνόπαυση
- Πρώιμη εμμηνόπαυση ή ολική υστερεκτομή
- Σακχαρώδης διαβήτης
- Αρτηριακή υπέρταση
- Κληρονομικό ιστορικό (αρτηριακή υπέρταση – χοληστερίνη)
- Παχυσαρκία
- Εργασιακό στρες
- Παλαιό αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
- Δυσλιπιδαιμία
- Καθιστική ζωή
- Εγκυμοσύνη
- Κάπνισμα
- Αντισυλληπτικά



ΕΡΡΙΚΟΣ ΝΤΥΝΑΝ Hospital Center
ΚΕΝΤΡΟ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

Λ. Μεσογείων 107, 115 26 Αθήνα
Τηλέφωνο: 210 6979 272, 210 6972 000

e-mail: womensheartcenter@dunant.gr
www.dunant.gr