



Wsparcie po nagłym zatrzymaniu akcji serca

We współpracy z



**ACHUB BYWYD CYMRU
SAVE A LIFE CYMRU**



Serce i nagłego zatrzymania akcji serca

Resuscitation Council UK rozumie, że droga do wyzdrowienia po nagłym zatrzymaniu akcji serca jest inna dla każdego. Opracowaliśmy ten materiał, aby przekazać więcej informacji na temat nagłego zatrzymania akcji serca oraz dostępnego wsparcia dla pacjenta, jego rodziny i przyjaciół.

Serce jest pompą, która rozprowadza krew po całym organizmie. Krew dostarcza tlen i składniki odżywcze do komórek oraz usuwa produkty przemiany materii, co jest niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu. W sercu pojawiają się sygnały elektryczne, które nakazują mu pompować krew.

Do zatrzymania krążenia dochodzi, gdy serce nagle przestaje pompować krew w organizmie. Osoba natychmiast traci przytomność i przestaje oddychać lub nie oddycha prawidłowo. Każdego roku dotyka dziesiątki tysięcy osób w Wielkiej Brytanii. Zazwyczaj pojawia się bez ostrzeżenia i może wystąpić w każdym wieku, chociaż osoby z chorobami serca są bardziej narażone na ryzyko.

Zawał serca występuje, gdy naczynia krwionośne zaopatrujące serce ulegają zwężeniu lub zablokowaniu, co wpływa na dopływ krwi do mięśnia sercowego. Ten brak przepływu krwi może spowodować uszkodzenie serca. To nie to samo co nagłe zatrzymanie akcji serca, jednak nagłe zatrzymanie akcji serca może wystąpić jako powikłanie po uszkodzeniu mięśnia sercowego.

Wczesna resuscytacja krążeniowo-oddechowa (CPR) i defibrylacja zwiększają szanse na przeżycie.

- ✓ Resuscytacja krążeniowo-oddechowa polega na ręcznym uciskaniu klatki piersiowej w celu utrzymania pracy serca i przepływu krwi w organizmie. Może również obejmować dostarczanie tlenu do płuc.
- ✓ Defibrylacja to wstrząs elektryczny z defibrylatora, który pomaga przywrócić rytm serca.

Więcej informacji na temat wykonywania resuscytacji krążeniowo-oddechowej można znaleźć na stronie www.resus.org.uk/how-to-do-cpr

Można również zeskanować poniższy kod QR



Przyczyny nagłego zatrzymania akcji serca

Istnieje wiele przyczyn zatrzymania krążenia, z których nie wszystkie są bezpośrednio związane z chorobą serca, mimo że zatrzymanie krążenia ma miejsce, gdy serce przestaje bić.

Po zatrzymaniu krążenia osoby, które przeżyły, będą miały okres opieki w szpitalu, który może obejmować czas na specjalistycznych oddziałach, takich jak intensywne, krytyczne lub wieńcowa opieka.

Podczas pobytu w szpitalu personel medyczny omówi z pacjentem możliwe przyczyny nagłego zatrzymania akcji serca. Mogą zostać przeprowadzone badania w celu ustalenia przyczyny, a po wypisaniu ze szpitala może zaistnieć konieczność wykonania dalszych badań.

Członkowie personelu medycznego omówią z pacjentem wszelkie metody leczenia, które ich zdaniem mogą pomóc w powrocie do zdrowia i zapobiec kolejnym nagłym zatrzymaniom akcji serca.

W momencie wypisania ze szpitala personel medyczny może nie być w stanie ustalić przyczyny nagłego zatrzymania akcji serca. Jest to tzw. przyczyna idiopatyczna.

Wsparcie dla pacjenta

Powrót do zdrowia po nagłym zatrzymaniu akcji serca może zająć pewien czas i bardzo ważną rzeczą jest nie przyspieszać tego procesu.

DW tym okresie otrzymasz pomoc i wsparcie od szeregu pracowników służby zdrowia. W zależności od przyczyny nagłego zatrzymania akcji serca i objawów, może to obejmować:

- ✓ lekarzy (w tym lekarza rodzinnego)
- ✓ pielęgniarki
- ✓ fizjoterapeutów
- ✓ farmaceutów
- ✓ terapeutów zajęciowych
- ✓ konsultantów
- ✓ psychologów klinicznych
- ✓ klinicznego fizjologa wysiłku fizycznego.

Tci pracownicy służby zdrowia będą wspierać powrót do zdrowia fizycznego i psychicznego, aby zapewnić odpowiednią opiekę.

Proces rekonwalescencji zwykle przebiega etapami, począwszy od pobytu w szpitalu, gdzie stan pacjenta może być ściśle monitorowany, a indywidualne potrzeby na przyszłość mogą zostać ocenione. Pacjent może otrzymać propozycję rehabilitacji kardiologicznej.

Więcej informacji na temat rehabilitacji kardiologicznej można znaleźć na stronie:
www.bhf.org.uk/informationsupport/support/practical-support/cardiac-rehabilitation



Każda osoba, która przeżyła zatrzymanie krążenia, będzie musiała stawić czoła innym wyzwaniom, a wszelkie otrzymane wskazówki lub porady będą dostosowane do jej potrzeb. Osoby, które przeżyły nagłe zatrzymanie akcji serca, zgłaszały szereg objawów pojawiających się w ciągu tygodni i miesięcy po nagłym zatrzymaniu akcji serca, które mogą mieć wpływ na ich codzienne życie.

Osoba, która przeżyła nagłe zatrzymanie akcji serca, może doświadczać następujących problemów:

- zmęczenie lub silne zmęczenie i potrzeba dłuższego odpoczynku
- problemy z pamięcią, koncentracją, myśleniem lub zdolnością
- rozwiązywania problemów niepokój, strach lub kiepski nastrój
- słabsze zdrowie fizyczne, w tym niższy poziom energii.

Nie wszystkie osoby, które przeżyły nagłe zatrzymanie akcji serca, doświadczają tych problemów, a ich nasilenie różni się w zależności od osoby. Może się okazać, że niektóre problemy staną się bardziej oczywiste po powrocie do domu lub do pracy.

Ważną kwestią jest, aby personel medyczny był świadomy wszelkich zmian w samopoczuciu fizycznym, psychicznym i emocjonalnym pacjenta, aby mógł zaproponować odpowiednie leczenie wspomagające powrót do zdrowia. Wszelkie wątpliwości należy omówić z personelem medycznym (w tym z lekarzem rodzinnym).

Resuscitation Council UK prowadzi specjalną stronę internetową poświęconą **wsparciu po zatrzymaniu** krążenia dla wszystkich osób dotkniętych zatrzymaniem krążenia. Tutaj znajdują się informacje, które mogą pomóc w powrocie do zdrowia, w tym numery telefonów zaufania, gdzie można porozmawiać z pracownikiem medycznym, oraz grupy wsparcia, gdzie można spotkać osoby, które przeszły przez podobne doświadczenia.

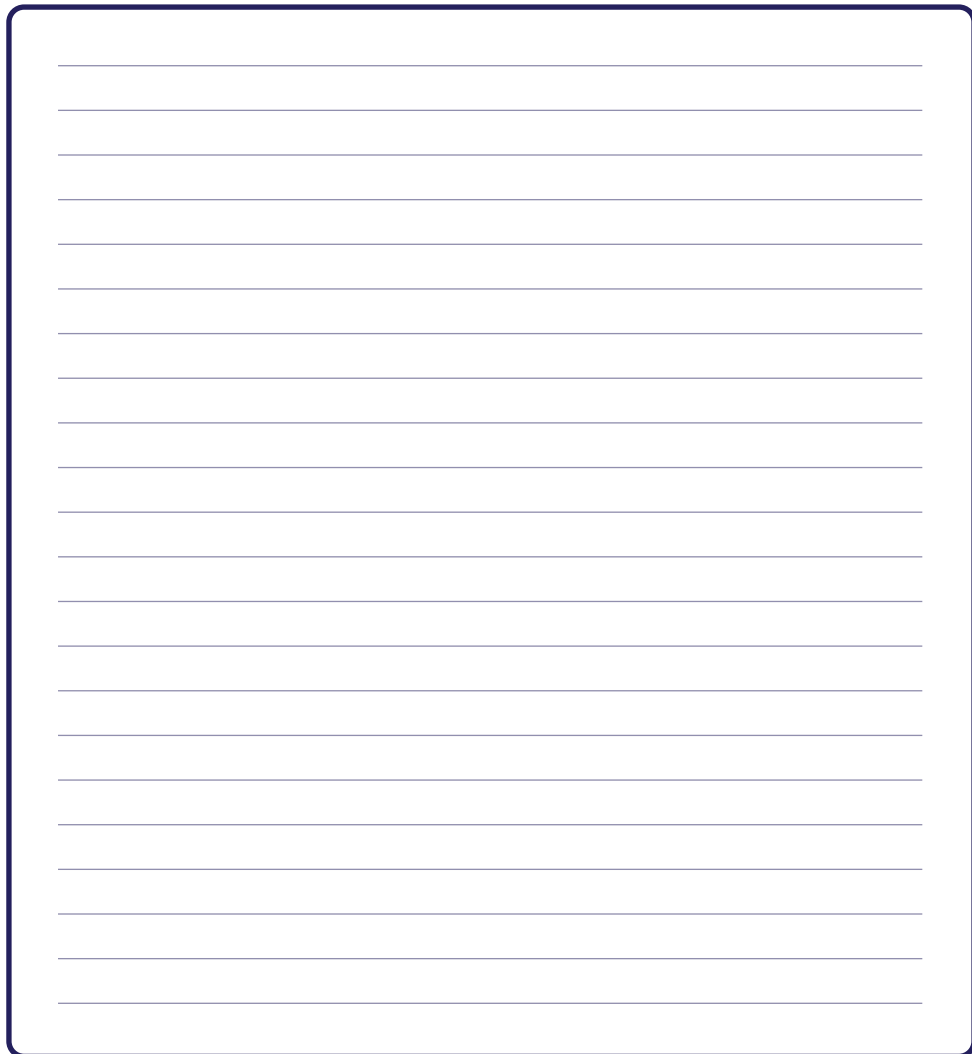
Na stronie internetowej znajdują się również przydatne informacje oraz wsparcie dla rodziny i przyjaciół oraz wszystkich osób, które przeprowadzały lub były świadkami resuscytacji krążeniowo-oddechowej (CPR).

Informacje można znaleźć na stronie www.resus.org.uk/support-after-ca

Można również zeskanować poniższy kod QR



Miejsce na notatki i pytania do zespołu medycznego:



Opublikowane przez Resuscitation Council UK
październik 2025, wersja pierwsza

resus.org.uk | enquiries@resus.org.uk | 020 7388 4678

Resuscitation Council UK, First Floor, 60-62 Margaret Street, Londyn, W1W 8TF