

22 Ιανουαρίου 2018

ΥΓΕΙΑ

Newsbomb

Η υγεία της καρδιάς και η αξία της πρόληψης δεν έχουν ηλικία



Η Dr. med. Carolin Sonne, Επίκουρη Καθηγήτρια Κλινική και Επεμβατική Καρδιολόγος μας υπενθυμίζει τη **σημασία της πρόληψης και του τακτικού ελέγχου για τις ασθένειες του καρδιαγγειακού συστήματος**, οι οποίες βρίσκονται πάντα στην αιχμή της ιατρικής επικαιρότητας.

Όπως ξέρουμε όλοι, στις δυτικές κοινωνίες αυξάνει συνεχώς ο μέσος όρος ηλικίας των πολιτών και ταυτόχρονα έχουμε έξαρση των ασθενειών που αποτελούν παράγοντες κινδύνου για καρδιαγγειακές παθήσεις. Τα φαινόμενα αυτά εμφανίζονται και στο ιατρείο σας; Οι ασθενείς σας ανήκουν αποκλειστικά στην τρίτη ηλικία;

Κατά τη γνώμη μου, το θέμα της υγείας και της πρόληψης δεν έχει ηλικία. Αναλόγως λοιπόν λειτουργεί και το ιατρείο μου: Η γκάμα των ασθενών μου κυμαίνεται από αθλητές που έρχονται για τον τακτικό έλεγχο πριν από ένα μαραθώνιο, μέχρι ασθενείς με παράγοντες κινδύνου ή και εγκατεστημένη καρδιακή νόσο, οι οποίοι πρέπει να αντιμετωπιστούν άμεσα ή χρειάζονται μια προσαρμογή της φαρμακευτικής τους αγωγής. Και φυσικά η αύξηση ασθενειών, όπως αρτηριακή υπέρταση, διαβήτης, και ως εκ τούτου αρτηριοσκλήρωση, εμφράγματα και εγκεφαλικά επεισόδια, είναι πραγματική. Πολλές από αυτές τις ασθένειες όμως, μπορούν να αποφευχθούν με την έγκαιρη πρόληψη και θεραπεία.

Το έτος 2017, έχουν λάβει χώρα αρκετές εκδηλώσεις με θέμα την καρδιά. Το Μάιο π.χ. διεξήχθη η “Παγκόσμια Ημέρα της καρδιακής ανεπάρκειας”. Εσείς η ίδια έχετε παρουσιάσει αρκετές εργασίες στην Αθήνα, με θέμα τα προβλήματα της καρδιάς και του κυκλοφορικού. Για ποιο λόγο θεωρούνται τόσο σημαντικές οι πληροφορίες για το συγκεκριμένο θέμα;

Είμαι μεγάλη υποστηρίκτρια της ενημέρωσης και πρόληψης και για αυτόν τον λόγο έχω συμμετάσχει σε πολλές διοργανώσεις με θέμα την πρόληψη, καθώς οι ασθένειες του καρδιακού και κυκλοφορικού συστήματος είναι οι πιο συχνές και ραγδαία αυξανόμενες ασθένειες. Οι εκδηλώσεις αυτές έχουν ως στόχο να ευαισθητοποιήσουν το κοινό για τις πιο συχνές ασθένειες του καρδιαγγειακού συστήματος και τους παράγοντες κινδύνου που τις υποβοηθούν αλλά και να ενημερώσουν για τις δυνατότητες πρόληψης.

Ποιες ασθένειες του καρδιαγγειακού συστήματος είναι κατά τη γνώμη σας οι πιο επικίνδυνες; Ποιοι άνθρωποι πρέπει να προστατεύονται πρωτίστως και από ποια ηλικία συστήνεται ο προληπτικός έλεγχος;

Είναι σημαντικό, κατά τη γνώμη μου, να έχει κανείς επίγνωση των παραγόντων που υποβοηθούν τις καρδιαγγειακές νόσους, π.χ. το έμφραγμα του μυοκαρδίου, της καρδιακής ανεπάρκειας ή του εγκεφαλικού επεισοδίου. Σε αυτούς τους παράγοντες ανήκουν κυρίως η αρτηριακή υπέρταση, η αύξηση της χοληστερίνης, το κάπνισμα και ο σακχαρώδης διαβήτης. Φυσικά σημαντικό ρόλο παίζουν επίσης το στρες και η προδιάθεση, δηλαδή τα γονίδια. Ειδικά σε αυτές τις περιπτώσεις είναι ακόμη πιο σημαντική η υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, με σωστή διατροφή και συχνή σωματική άσκηση, καθώς επίσης και ο τακτικός προληπτικός έλεγχος. Ο έλεγχος ξεκινά από τη παιδική ηλικία, και συνεχίζεται από τον ιατρό σε καθορισμένα χρονικά διαστήματα, ανάλογα με την ηλικία και τις ενδεχόμενες ενοχλήσεις.

Διαγνωστικά ακολουθούμε ένα πρωτόκολλο που περιλαμβάνει εξετάσεις αίματος, Ηλεκτροκαρδιογράφημα, Triplex Καρδιάς και Καρωτίδων, αλλά και ένα Τεστ Κοπώσεως, τα οποία προσαρμόζονται εξατομικευμένα στον κάθε ασθενή. Σε κάποιες περιπτώσεις, όπως στην ύπαρξη αρρυθμιών, μπορεί να βοηθήσει ένα 24-ωρο καρδιογράφημα, το λεγόμενο “Holter Ρυθμού”.

Επιλέξατε να αφήσετε την θέση σας στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Μόναχο της Γερμανίας και ήρθατε στην Αθήνα, όπου ανοίξατε το ιατρείο σας στο Μαρούσι και ξεκινήσατε τη συνεργασία σας με το «Ιατρικό Κέντρο Αθηνών» και πρόσφατα με το «Mediterraneo» και το «Υγεία» για τις καρδιακές επεμβάσεις. Στη Γερμανία είχατε παράλληλα ασχοληθεί με την κλινική και επεμβατική καρδιολογία, την διδασκαλία και την έρευνα. Σε κάποιους τομείς είναι δυνατόν, να συνεχιστεί το επιστημονικό έργο και εξ αποστάσεως. Για εσάς ισχύει αυτό; Και εάν όχι, δεν σας λείπει η πλευρά αυτή της ιατρικής σας ζωής;

Έζησα αυτά τα χρόνια της ζωής μου με μεγάλο ενθουσιασμό και είμαι ευτυχής που μπορώ και συνεχίζω τη συνεργασία μου με το Πανεπιστήμιο του Μονάχου. Έτσι δε χρειάζεται να αφήσω το επιστημονικό και κλινικό μου έργο, ούτε τη διδασκαλία. Συνεχίζω να εργάζομαι επιστημονικά στο τομέα της Διαδερμικής Θεραπείας καρδιακών βαλβιδοπαθειών (Επεμβατικής Τοποθέτησης Αορτικής Βαλβίδας, TAVI, και Διαδερμική διόρθωση ανεπάρκειας μιτροειδούς βαλβίδας, MitraClip), και στον τομέα της καρδιακής ανεπάρκειας. Παράλληλα διευθύνω και ομάδες φοιτητών που κάνουν την πτυχιακή τους εργασία στον τομέα αυτό. Το επιστημονικό μου έργο περιλαμβάνει, εκτός αυτών, και παρουσιάσεις σε επιστημονικά περιοδικά και συνέδρια. Τέλος η έρευνα και η συνεργασία με συναδέλφους από το διεθνή χώρο μου επιτρέπει να είμαι πλήρως ενημερωμένη και να μπορώ να προσφέρω στους ασθενείς μου την πιο σύγχρονη θεραπεία των καρδιακών παθήσεων.

Ευχαριστούμε την Associate Professor Dr. med. Carolin Sonne , Κλινική και Επεμβατική Καρδιολόγο. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.carolinsonne.com, fb: <https://www.facebook.com/Dr.Sonne>.