

KRISTA LESIŅA, INTERNISTE, REZIDENTE KARDIOLOGIJĀ

# Aritmija jeb sirds ritma traucējumi

**Aritmija jeb sirds ritma traucējumi ir visai bieži sastopami.**

**Aritmijas mēdz būt viltīgas un ne vienmēr viegli atklājamas. Bieži vien var nebūt gandrīz nekādu sūdzību vai arī tās netiek uztvertas kā būtiskas, tāpēc tiek noklusētas. Ārsts palpējot jūt normālu, ritmisku pulsu. Aritmija izveidojas, kad tiek traucēts sirdsdarbības temps jeb ritms.**

Aritmijas gadījumā sirds pukst vai nu par lēnu, vai par ātru, vai neritmisko – te ātri, te lēni. Daži sirdsdarbības ritma traucējumu veidi pilnībā nav bīstami, taču ir arī tādi ritmu veidi,

kuri ir bīstami dzīvībai.

lespējamie **aritmijas cēloņi:**

- koronāra sirds slimība;
- vārstuļu kaites;
- sirds muskuļa iekaisums;
- sirdslēkme jeb miokarda infarkts;
- iedzimtas/iegūtas sirdskaites;
- arteriāla hipertensija jeb augsts asinss piediens;
- kofeīns, nikotīns, alkohols, narkotikas, saindēšanās;
- medikamenti;
- sālu (piemēram, kālijā, magnija) līdzsvara traucējumi organismā;
- vairogdziedzera slimības;
- psiholoģiski iemesli, stress.

lespējamie **simptomi aritmijas gadījumā** var būt šādi:

- sirdsklauves – sajūta, ka sirds pukst par ātru vai par lēnu;
- diskomforta sajūta krūškurvja apvidū;
- elpas trūkums, apgrūtināta elpošana;
- galvas reiboņi, gībonis;

- vājums, nespēks, pastiprināta svīšana.

Aritmiju var klasificēt atkarībā no sirdsdarbības un rašanās vietas sirdī. Fiziskā slodze, uztraukums, dažādas slimības vai medikamenti sirdsdarbību var samazināt vai palielināt. Sirdsdarbībai miera stāvoklī jābūt kā pulkstenim – 60 reizes minūtē. Paātrināts pulss jeb tahikardija ir pulss, kas ir lielāks par 90 reizēm miera stāvoklī. Palēnināts pulss jeb bradikardija ir pulss, kas ir lēnāks par 60 reizēm minūtē (sportistiem lēnāks pulss ir pieņemams kā normas variants). Sajūta, ka sirds met kūleņus, bieži vien saistīta ar tā sauktajiem pārsitiņiem jeb ekstrasistolēm.

Ir aritmijas, kas rodas noteiktās vietās sirdī. Sirdij ir četras kameras – divi priekškambari un divi kambari. Aritmijas, kas rodas sirds priekškambaros, sauc par supraventrikulārām aritmijām. Savukārt aritmijas, kas rodas sirds kambaros – par ventrikulārām jeb kambaru aritmijām. Ventrikulāras aritmijas ir dzīvībai bīstamāki ritma traucējumi.

Priekškambaru fibrilācija jeb mirdzaritmija ir viens no visbiežāk sastopamiem aritmijas veidiem. Tas galvenokārt raksturīgs vecākiem cilvēkiem. Tipisks priekškambaru fibrilācijas simptoms ir neritmisks pulss.

Priekškambaru fibrilācija rodas, kad sirds priekškambari saraujas bieži un nepareizi (bieži – vairāk nekā 300 reizes minūtē). Tādas saraušanās dēļ ir nevienmērīgs sirds sitenu apjoms. Tāpēc sirds kopējā asinsritē izsviež mazāku daudzumu asiņu, rezultātā var būt svārstīgs asinsspiediens un veidojas neritmiskas sirds pukstēšanas sajūta. Traucēta asinsri-

## KRISTA LESIŅA

- Interniste, rezidente kardioloģijā
- Rīgas Stradiņa universitāte  
[www.rsu.lv](http://www.rsu.lv)
- Paula Stradiņa klīniskā universitātes slimnīca  
[www.stradini.lv](http://www.stradini.lv)



te priekškambaros var izraisīt asins recekļu jeb trombu veidošanos. Trombu veidošanās sirdī mirdzaritmijas gadījumā ir ļoti bīstama. Ja trombi atraujas no sirds dobuma, tie var ie-

tu skaits palielināsies pat vairāk nekā 2,5 reizes.

Mirdzaritmijas gadījumā bieži ir palielināts insulta risks, nozīmīgi pasliktināta dzīves kvalitāte un fiziskā

mība ir diezgan reta. Kambaru fibrilācija ir sirds saraušanās pēc neregulāriem intervāliem, bieži vairāk nekā 300 reižu minūtē, un tā pilnībā pārtrauc pareizu sirds pukstēšanu. Rezultātā organisma asinsrīte pilnībā apstājas. Kambaru fibrilācija var attīstīties no komplikācijām, kuras izraisīs miokarda infarkts.

Ja ārstam rodas aizdomas par sirds ritma traucējumiem, tiek veikta elektrokardiogramma (10 sekunžu sirds ritma pieraksts), kas parāda, vai ir normāls sirds ritms, bet neizslēdz aritmijas varbūtību. Ja elektrokardiogramma neuzrāda ritma traucējumus, bet periodiski ir sūdzības, kas par to varētu liecināt, var tikt nozīmēts 24 stundu sirdsdarbības pieraksts – Holtera monitorēšana. Ilgāks sirds ritma pieraksts ir nepieciešams, jo var būt aritmijas epizodes, kas pāriet, pirms cilvēks ir paspējis aiziet pie ārsta. Papildus var tikt nozīmēta ehokardiogrāfija – sirds izmeklēšana

## Mirdzaritmijas gadījumā bieži ir palielināts insulta risks, nozīmīgi pasliktināta dzīves kvalitāte un fiziskā izturība

kļūt kopējā asinsritē un aizsprostot asinsvadus, izraisot insultu.

Priekškambaru fibrilācija ir biežāk sastopamais un ilgstošākais aritmijas veids. Tā ir 1–2% iedzīvotāju. Eiropā ar šo aritmijas veidu slimīgo vairāk nekā seši miljoni cilvēku. Saskaņā ar pašlaik pieejamiem datiem turpmāko 50 gados, sabiedrībai novecojot, paredzams, ka mirdzaritmijas pacien-

itzurība. Šis aritmijas veids var būt pārejošs vai patstāvīgs.

Mirdzaritmijas gadījumā ārstēšanas stūrakmens, ko var nodrošināt specifiski asins šķidrinoši medikamenti, ir aizsardzība pret trombiem.

Savukārt kambaru fibrilācija ir atsevišķs aritmijas veids, kura laikā pilnībā apstājas asinsrīte; tāpēc šī aritmija ir bīstama dzīvībai. Par laimi, sli-

ar ultraskaņu, kas palīdz novērtēt sirds struktūru un funkciju.

Aritmiju ārstēšanā izmanto medikamentus, kā arī var veikt procedūru, ko sauc par radiofrekvences katetra ablāciju. Pārsvarā gadījumu jācenšas ārstēt pamatslimību. Ir bezjēdzīgi ārstēt aritmiju, ja tā rodas vairogdziedzera slimības dēļ. To pašu var teikt par paaugstinātu asinsspiedienu – koriģējot asinsspiediena rādītājus, varbūtība, ka aritmija atkārtosies, mazinās. Radiofrekvences katetra ablācija ir jauna, mazinvazīva metode, kad sirdī caur asinsvadiem ievada elektrodus, atrod vietu, kur veidojas aritmija, un ar augstfrekvences strāvu iznīcina šo papildu impulsa ceļu vai perēkli. Ar šo metodi aritmiju veiksmīgi ārstē jauniem cilvēkiem, lai visu dzīvi nav jālieto medikamenti.

Aritmija ir individuāla slimība. Tā lielā mērā ir daktera māksla apdomāt, kā kuram pacientam palīdzēt. Aritmijas ārstēšana ir atkarīga no galvenās slimības, kura izraisījusi sirds ritma traucējumus. Simptomu ārstēšana tiek piemērota tikai tad, kad iedarbošanās uz iemesliem ir neveiksīga vai kad neizdodas diagnosticēt vai izārstēt slimību, kura izraisa ritma traucējumus. Ja aritmija ir pastāvīgs simptoms, kuru nevar izārstēt ar zālēm, pacientam tiek implantēts elektriskais sirds stimulators. Kad stimulators konstatē ritma traucējumus, tas ar elektrisku impulsu vai pat pēc defibrilācijas (ar noteikto stimulatora modeli) atveido sirdij normālu (sinusa) ritmu. Pastāv arī ķirurgiski ārstēšanas veidi. Aritmijas ārstēšanas veidu nosaka speciālists, kurš pēc nepieciešamiem izmeklējumiem izvērtē slimības iemeslu, veidu un pakāpi.

Aritmijas profilaksei iesaka samazināt stimulējošo vielu (kofeīna) lietosanu, nesmēķēt un nedzert alkoholu, ievērot diētu – uzņemt mikroelementus (kalciju, magniju, kāliju), kas normalizē sirds ritmu.

Sirds ritma traucējumus nedrīkst ignorēt, jo tie var būt bīstami dzīvībai.

Tāpēc ir svarīgi tos laikus atklāt un novērst. ■