

KĀ darīt?



Sirds aspirīns. Nav tik vienkārši

♥ Anda Hailova

ŠKAIDRO:



Dr. ANDRIS SKRĪDE

- Kardiologs P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Inovāzīvās un vispārīgās kardioloģijas nodaļā.
- Reto slimību speciālistu asociācijas vadītājs.

Arvien biežāk ģimenes ārsti iesaka lietot aspirīnu ne vien pret temperatūru vai sāpēm, bet arī pret trombu veidošanos asinsvados un lai šķidrinātu asinis. Taču ir vairāki *knifiņi*, par kuriem tev noteikti būtu jāzina...

1 Vai ir tāds speciālais sirds aspirīns?

Bieži vien pacienti uz manu jautājumu, vai viņi lieto aspirīnu, atbild: nē, nelietoju. Bet, kad pajautāju, vai tiek lietots sirds aspirīns, tad cilvēks saka: jā, es lietoju sirds aspirīnu...

Patiesībā tāda sirds aspirīna nav – ir pilnīgi vienalga,

cik labskanīgu nosaukumu aspirīnam jeb acetilsalicilskābei piešķirīs ražotājs un vai viņš to piedāvā apvalkotās tabletēs vai kopā ar magniju. Aspirīns paliek aspirīns, atšķirība ir tikai tā devā. Nav nozīmes arī medikamenta atšķirīgajām zāļu formām – vai tās ir tabletes ar speciāliem apvalkiem, lai izšķīst nevis kuņģī, bet tievajās zarnās – tādējādi tās mazāk kairinās kuņģi –, vai arī

tabletes ar magnija oksīda piedevu ar to pašu mērķi. Tas viss patiesībā ir lieki. Jo gan aspirīna *labums* – asinis šķidrinoša un līdz ar to prettrombu iedarbība –, gan tā *sliktums* – nieru funkciju traucējumi, kuņģa un zarnu trakta asiņošanas risks – rodas nevis no tiešas iedarbības uz gļotādu, bet no vispārīgas ietekmes. Proti, uzsūcoties asinis un nonākot asinsritē, aspirīns negatīvi iedarbojas uz prostaglandīniem, kas palīdz atjaunoties kuņģa gļotādai. Piemēram, pat ja mēs katru dienu cilvēkam vēnā injicētu 100 mg aspirīna vai arī viņš šādu devu lietotu tabletē, abos gadījumos gan pozitīvais, gan negatīvais efekts būtu vienāds.

Citādi ir ar devām, tas gan fakts! Proti, jo lielāka aspirīna deva, jo lielāks blaknes. Arī tādēļ infarkta un insulta profilaksei parasti izmanto 75–100 miligramus dienā (50 miligramu deva nav pietiekama, lai asinsvados neveidotos trombi, savukārt, lietojot virs 100 miligramiem, nedaudz pieaugtu kuņģa asiņošanas risks). Tas pierādīts arī pētījumos, ka pret trombiem jau darbojas devas, sākot no 75 līdz 100 miligramiem, tāpēc par 100 miligramiem lielāku devai nav jēgas. Parasti devu līdz 75 miligramiem samazinām tiem cilvēkiem, kam ir lielāks asiņošanas risks. Par standarta devu tiek uzskatīti 100 miligrami.

2 Kā, lietojot aspirīnu, pasargāt kuņģi?

Mans pirmais ieteikums būtu tomēr censties aspirīna tableti norīt brokastu laikā. Nav tik svarīgi, vai tablete nonāks kuņģī tieši pirms vai tūlīt pēc brokastīm, vai to laikā, galvenais – lai aspirīns nepaliktu viens pats ar kuņģa gļotādu un to nekairinātu.

Ko darīt tiem ļaudīm, kam kuņģa čūla ir bijusi jau iepriekš un aspirīna lietošana draud ar problēmu atgriešanos? Ja, rūpīgi izsverot visus par un pret,

Paturi prātā!

Ja aspirīns uz kuņģi iedarbojas pārāk slikti, to jebkurā brīdī var aizstāt ar klopīdogrelu, kas arī ir trombocītu inhibitors. Parasti abi medikamenti jālieto kopā pēc akūta infarkta vai stenozes ielikšanas, bet pēc tam lielākoties izvēlas aspirīnu, jo tas ir lētāks. Klopīdogrelam ir mazāks asiņošanas risks, bet iedarbība tāda pati.

redzams, ka labums, ko dos aspirīna lietošana, ir lielāks nekā iespējama risks, mēs, kardiologi, tomēr ieteiksim lietot aspirīnu. Jo – daudz bīstamāk ir piedzīvot infarktu vai insultu, kad cilvēks var palikt guļošs uz gultas, nekā iedzīvoties kuņģa asiņošanā (protams, ja tā notiks, aspirīna lietošana uz laiku būs jāpārtrauc). Tāpat vienmēr jāņem vērā, kādas ir pacienta blakusslimības.

Lai izvairītos no šīm nepatīkšanām – kuņģa asiņošanas –, pēc ārsta ieteikuma papildus vajadzēs lietot kuņģa skābi mazinošu medikamentu – protonu sūkņa inhibitoru (pantoprazolu, omeprazolu), kas mazinās kuņģa gļotādas kairinājumu. Šis ieteikums gan attiecas tikai uz tiem pacientiem, kam atkārtoti bijušas kuņģa čūlas, turklāt asiņojošas.

3 Kādos gadījumos aspirīns patiešām jālieto?

Ir diezgan daudzas kaites, pēc kurām sekundārai profilaksei – lai slimība neatkārtotos vai nenotiktu jaunākais! – aspirīns jālieto visu mūžu.

Ja ir bijis **miokarda infarkts**. Pierādīts, ka aspirīns novērš atkārtotu sirds infarktu un nāves gadījumus.

Cilvēkiem ar **slodzes stenokardiju**, kad, ātri ejot, kāpjot pa trepēm vai kalnā, sāk nepatīkami spiest, žņaugt, dedzināt

vai sāpēt aiz krūšu kaula. Stenokardija ir viena no biežākajām sirds vainagartērijas slimības formām, kad diemžēl izmaiņas jau notikušas.

Ja ir **perifēro artēriju slimība**, kas izpaužas kā sāpes kājās, ikros iešanas laikā. Tādā gadījumā tā pati slimība, kas *iemetusies* kājas artērijās, ir arī sirdī, tikai to cilvēks bieži vien neizjūt (jo sirds ir citādi apasiņojta).

Lai izvairītos no atkārtota insulta, aspirīns jālieto arī visiem tiem, kas pārcietuši **insultu** vai **tranzitoru išēmisku lēkmi** jeb **tā dēvēto mazo insultu**.

Bet – ir viens izņēmums! Tiem, kas sirgst ar **mirdzaritmiju**, profilaksei pret trombu veidošanos vajadzīgs nevis aspirīns, bet antikoagulantu grupas medikaments. Piemēram, varfarīns vai orfariņš, dabīgatrāns vai rivaroksabāns. No šiem abi pēdējie ir jaunāki un pacientam ērtāk lietojami.

Plus – visu minēto diagnožu gadījumā noteikti jādzēr arī statīni. Pat ja holesterīna kopējais līmenis ir 2 mmol/l.

4 Vai lietot iepriekš, kad vēl nav problēmu?

Ne viens vien pilnīgi vesels četrdesmitgadnieks vai piecdesmitgadnieks, saskatījies televīzijā *sirds aspirīnu* reklāmas, nāk pie ārsta un jautā: varbūt man arī vajag jau dzert aspirīnu?

Atbilde ir pavisam vienkārša – ģimenes ārstam vispirms pēc speciālas tabulas (Eiropā visbiežāk lieto SCORE tabulu) jānosaka cilvēka desmit gadu kardiovaskulārais jeb sirds asinsvadu risks. Tikai tad, ja aprēķinā liecinās, ka risks saslimt ir lielāks par 10 procentiem, var domāt par aspirīna lietošanu. Tādā gadījumā ieguvums būs lielāks par zaudējumiem – asiņošanu, kas var attīstīties, nieru problēmām, jo nieriē katru dienu turpmāk vajadzēs izvadīt aspirīnu pārveidotā formā.

Tāpēc pirms aspirīna lietošanas primārajā profilaksē pacientam jānosaka holesterīna līmenis – tas ir vienīgais laboratoriskais rādītājs, kas nepieciešams, lai noteiktu viņa sirds asinsvadu risku. Pārējos rādītājus, kas nepiecie-

Paturi prātā!

Pat ja tavs sirds asinsvadu risks ir 15 procenti, bet asinsspiediens turas 160/90 mmHg robežās, tātad ir paaugstināts, tu nedrīksti ķerties pie aspirīna lietošanas. Vispirms saved kārtībā spiedienu, lai tas ir zem 140/90 mmHg, un tikai tad to vari darīt. Kāpēc? Citādi ir jābaidās no palielināta hemorāģiskā insulta riska, tātad asiņošanas galvas smadzenēs.

šāmi šā riska izvērtēšanai, ārsts iegūst izmeklēšanas laikā.

Taisnības labad jāteic, ka kardiovaskulāro risku pēc speciālajām tabulām aprēķina reti, kaut arī tas iekļauts ģimenes ārsta darba kvalitātes novērtējuma skalā.

5 Kādas kļūdas nevajadzētu pieļaut?

Viena no biežākajām kļūdām, ko cilvēki pieļauj, piemēram, pēc pārlīmota infarkta, – gadu padzer aspirīnu un tad pārtrauc tā lietošanu. Tā nedrīkst darīt, jo sirds un asinsvadu profilaksei aspirīns jālieto ilgstoši, faktiski mūža garumā. Iemesls – trombocītu dzīves ilgums. Vienas nedēļas laikā bojāgājušo šūnu vietā rodas jaunās, asinis nepārtraukti atjaunojas, tāpēc aspirīns jādzēr pastāvīgi.

Bet – lietošana jāpārtrauc, ja sākas neizskaidrojama asiņošana, sievietēm – arī stipras, ilgstošas mēnešreizes.

Katram, kurš ilgstoši lieto aspirīnu, regulāri (vienreiz pusgadā) ir jāveic asins analīzes un jāapmeklē ģimenes ārsts, pat ja nav sūdzību. Kaut arī aspirīns ir bezrecepšu medikaments, to nevajadzētu sākt lietot pašam uz savu galvu. Tikai pēc ārsta ieteikuma un viņa uzraudzībā!

Cilvēkiem, kam ir zems sirds asinsvadu slimību risks, jādomā nevis par aspirīnu, bet veselīgu dzīvesveidu – sportošanu, pareizu ēšanu un asinsspiediena kontrolēšanu. ♥

BONUSS un TRŪKUMS



Klinisko pētījumu apskatos arvien biežāk lasāms, ka aspirīns pasargā ne tikai no insulta un infarkta, bet nodrošina arī **aizsardzību pret vēzi** – gan samazina jaunu ļaundabīgo audzēju veidošanos, gan darbojas pret kuņģa un jo īpaši pret zarnu vēzi. Tas saistīts ar aspirīna ietekmi uz prostaglandīnu sintēzi. Pretvēža efekts gan parādās, ja aspirīns lietots ilgstoši – piecus un vairāk gadu.

Dažiem aspirīna lietošana mēdz radīt tādu blakni kā **bronhiālā astma**.