



**tulppa**  
tietoa taitoa ja tukea

# Valtimotaudin ABC

2020



# Sisältö

---

Mikä on valtimotauti?

---

Valtimotaudin taustatekijät

---

Valtimon ahtautuminen

---

Valtimotauti kehittyy vähitellen

---

Missä ahtaumia esiintyy?

---

Valtimotauti voi yllättää äkillisesti

---

Diabeteksen yhteys valtimotauteihin

---

Valtimotaudin ilmentymät

---

Valtimosairauksien hoito



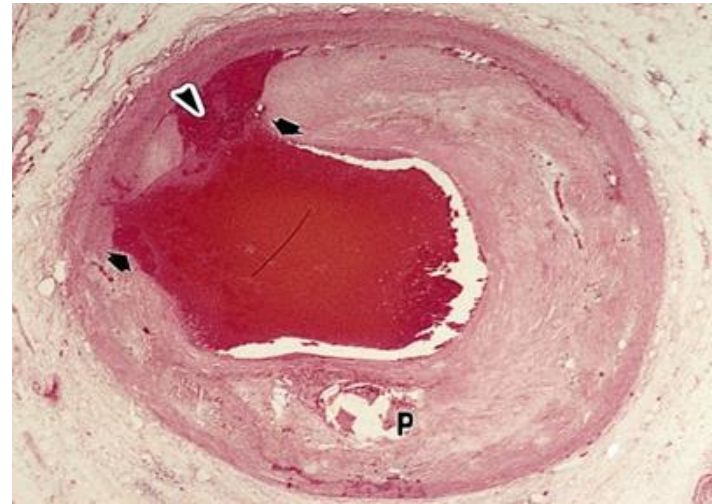
# Mikä on valtimotauti?

tulppa

-Valtimotauti eli valtimonkovettumatauti, ateroskleroosi-

Valtimotauti tarkoittaa verta kuljettavien valtimoitten ahtautumista ja valtimoiden seinämien jäykistymistä, jonka seurauksena veren kulku suonessa häiriintyy.

Vuosikymmeniä kestävä mutkikkaan tapahtumaketjun aikana valtimon seinämään kehittyy tulehdus, jonka vaikutuksesta sinne kehittyy pesäke, ateroomaplakki = P



# Valtimotaudin taustatekijät

Valtimotaudin esiintyvyys lisääntyy voimakkaasti iän myötä. Ikä ei kuitenkaan ole valtimosairauden syy. Ikä on vain aika, jonka aikana taustalla olevat syyt, riskivaaratekijät ovat ehtineet vaikuttaa.

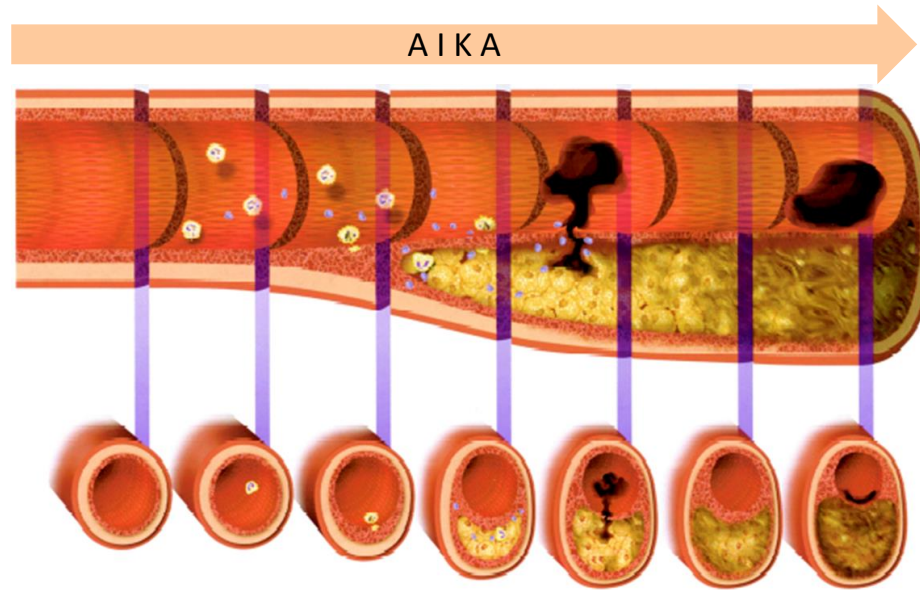
Valtimotaudin etenemiseen vaikuttavat ihmisen perimä, yksilölliset ominaisuudet ja elintavat sekä sukupuoli. Osa sukutaustasta johtuu elintavoista eli lapsuudessa vaikuttaneista ja opituista ravinto- ja muista tottumuksista.

Myös koholla oleva verensokeri on riski valtimoiden ahtaumien syntymiselle.



# Valtimon ahtautuminen

tulppa



Tauti alkaa valtimoiden sisäpintaa verhoavasta ohuesta sisäkalvosta, jonka alle alkaa muodostua kertymä veren pahasta kolesterolista (LDL-kolesteroli), tulehdussoluista ja sidekudoksesta ja kalkkista. Kertymän kasvaminen on hyvin hidasta. Se voi alkaa jo nuoruudessa ja jatkuu koko aikuisiän.



# Valtimotauti kehittyy vähitellen

tulppa

- Aluksi valtimoiden sisäseinämiin kertynyt kolesteroli, tulehdussolukot ja sidekudos kovettuvat pesäkkeiksi.
- Rasvapesäkkeet voivat kasvaa ja ahtauttaa suonta vähitellen, jolloin verisuonen läpimitta pienenee ja veren virtaus heikkenee kyseisessä valtimon kohdassa.
- Normaalit verisuonet laajenevat ja supistuvat verenvirtauksen tarpeen mukaan. Sairas suoni ei kykene laajenemaan.
- Kun valtimosta on **ahtautunut yli puolet**, veren virtaus ei voi lisääntyä kasvavaa tarvetta vastaavasti esimerkiksi liikkuesssa.
- Kuormitustilanteissa kudokset kärsivät hapenpuutteesta eli iskemiasta, jotka tuntuvat oireina.
- Tässä vaiheessa valtimotauti voidaan todeta ”alkaneen”.

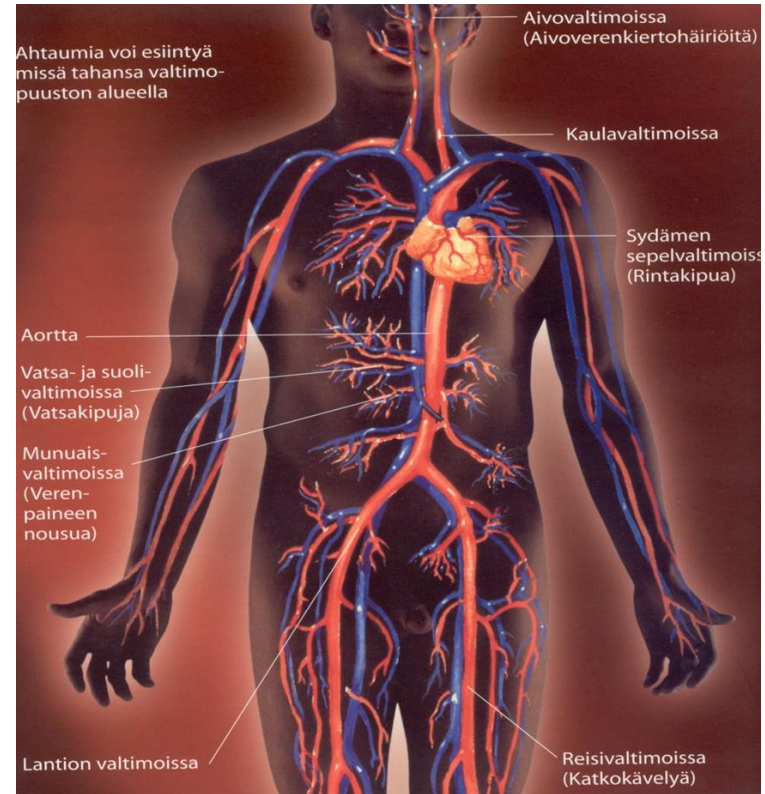


# Missä ahtaumia esiintyy?

tulppa

Valtimoiden ahtautumista esiintyy kaikkialla valtimoissa.

Oireita ilmenee silloin, kun sydänlihakseen, aivoihin tai alaraajoihin verta kuljettavat valtimot ahtautuvat





# Valtimotaudin ilmentymät

tulppa

## *Sepelvaltimotauti*

Valtimoista herkimpiä ovat sepelvaltimot, jotka kulkevat sydänlihaksen pinnalla ja tuovat verta itse sydänlihakselle.

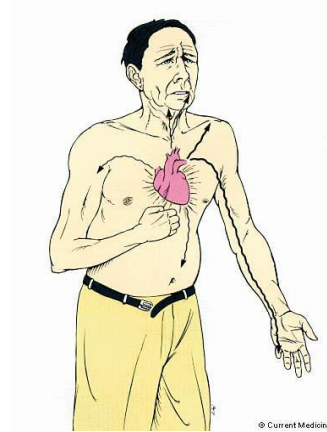
## *Aivoverenkierron häiriöt*

Aivoverenkiertohäiriöillä tarkoitetaan aivovaltimoverenkierron pysyvää tai tilapäistä (TIA) heikkenemistä tai aivoverenvuotoa.

Aivoverenkiertohäiriöitä (AVH) on kaksi pääryhmää: aivoveritulpat eli aivoinfarktit ja aivoverenvuodot

## *Ääreisvaltimotauti*

Ääreisvaltimotauteihin kuuluvat alaraajavaltimoiden ahtaumat ja aortan pullistuma (aneurysma). Tyypillisiä ilmentymiä on alaraajoihin johtavissa valtimoissa mm. lantionpohjan ja reisivaltimoissa. Aortan laajentuma voi sijaita rinta- tai vatsa-aortassa.

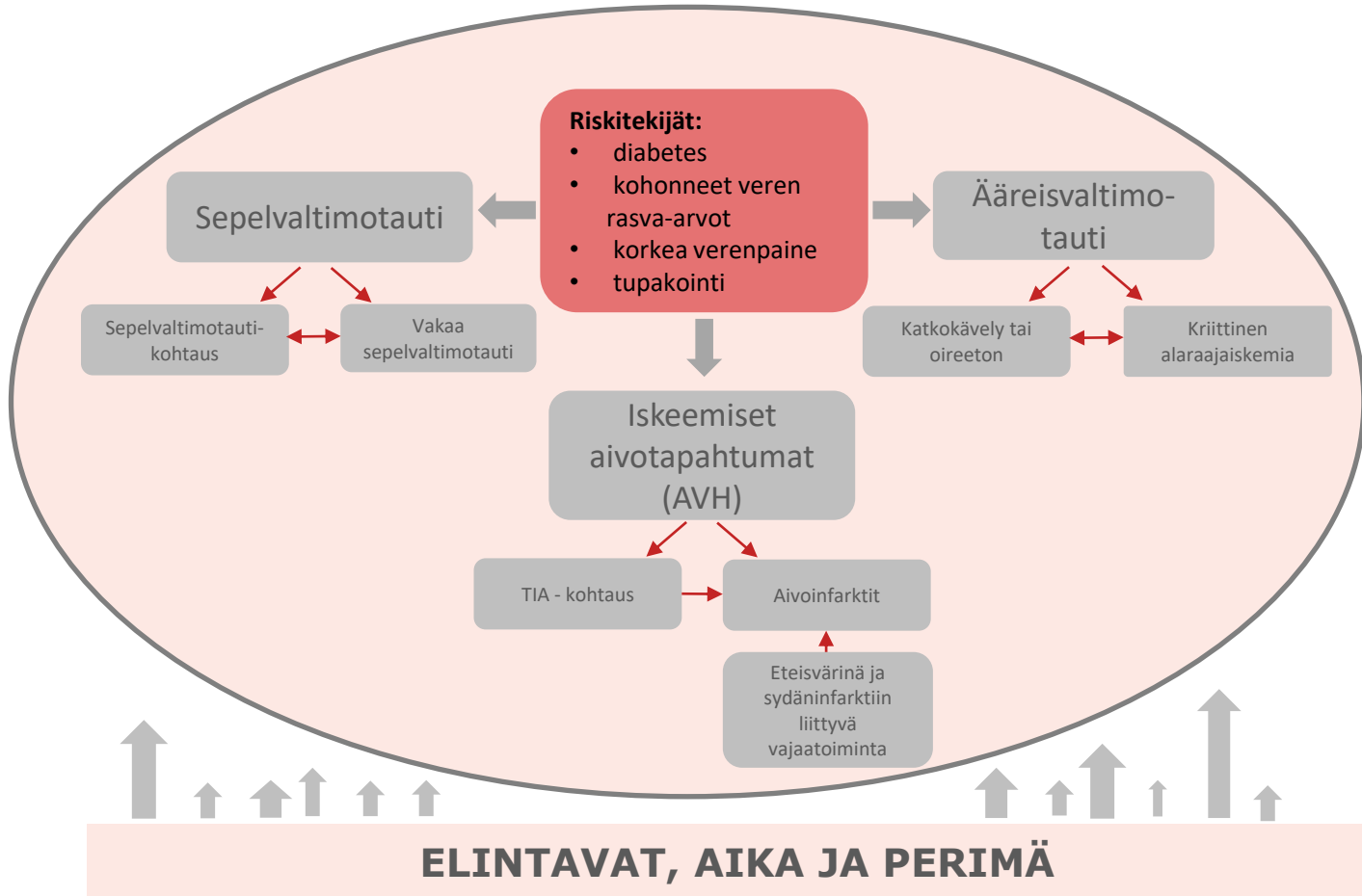


© Current Medicine



# Valtimotaudit syntyvät harvoin ilman riskitekijöitä

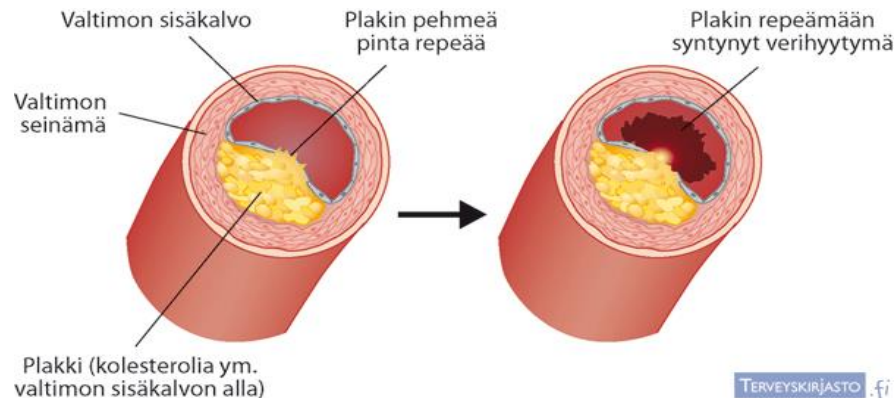
tulppa



# Valtimotauti voi yllättää äkillisesti

tulppa

Taudilla on myös äkillinen epävakaa muoto, jossa kovettumapesäkkeen eli plakin pinta rikkoutuu tai repeää. Repeämän pintaan syntyy verihyytymä, seurauksena on valtimotukos eli trombi (veritulppa). Tukoksesta saattaa seurata sydän- tai aivoinfarkti tai äkillinen kriittinen hapenpuute alaraajassa.



# Diabeteksen yhteys valtimotauteihin



Tyypin 2 diabetes lisää valtimotautien riskiä.

Koholla oleva verensokeri vaikuttaa veren rasvojen koostumukseen. Rasvapallukat sokeroituvat ja takertuvat herkemmin verisuonten seinämiin.

Tyypin 2 diabeetikolla on yhtä iso riski saada sydäninfarkti kuin on jo infarktin sairastaneella.



# Valtimosairauksien hoito

tulppa

Valtimotaudin etenemistä voidaan hidastaa ja oireita vähentää.

## Uuden tukoksen tai lisäsairauksien esto

Elintavat

riskitekijöihin vaikuttaminen omahoidon keinoin

Lääkehoito

kolesterolilääkitys

verenpainelääkitys

verensokeria alentava lääkitys

aspiriini ja/tai muut veren hyytymiseen vaikuttavat

lääkkeet

sydämen vajaatoiminnan ehkäisy

rytmihäiriöitä vähentävä

Kuntoutus

Toimenpiteet

Oireiden hoito

## Muu hoito



## Sairastumiseni tarina

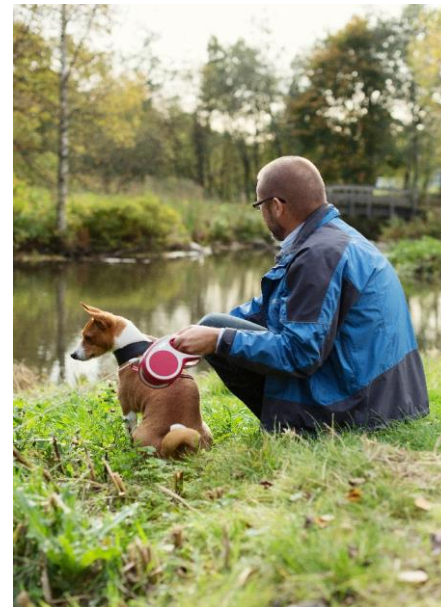
Jokainen kokee sairastumisen omalla tavallaan.

Ei ole olemassa yhtä oikeaa tapaa reagoida.

Kirjoita tai piirrä sairastumisesi tarina.  
(työkirjan sivu 4)

Mieti sen jälkeen, millaisia tunteita  
sairastuminen on sinussa herättänyt (sivu 5).

Epävarmuus, pelko, suru, toivo, helpotus,  
kaipaus, luottamus?



Kuva: Johannes Romppanen/ Sydäniitto

