

# Valtimotaudin ABC

2020



# Tällä kertaa aiheena

Mikä on valtimotauti?

Valtimotaudin taustatekijät

Valtimon ahtautuminen

Valtimotauti kehittyy vähitellen

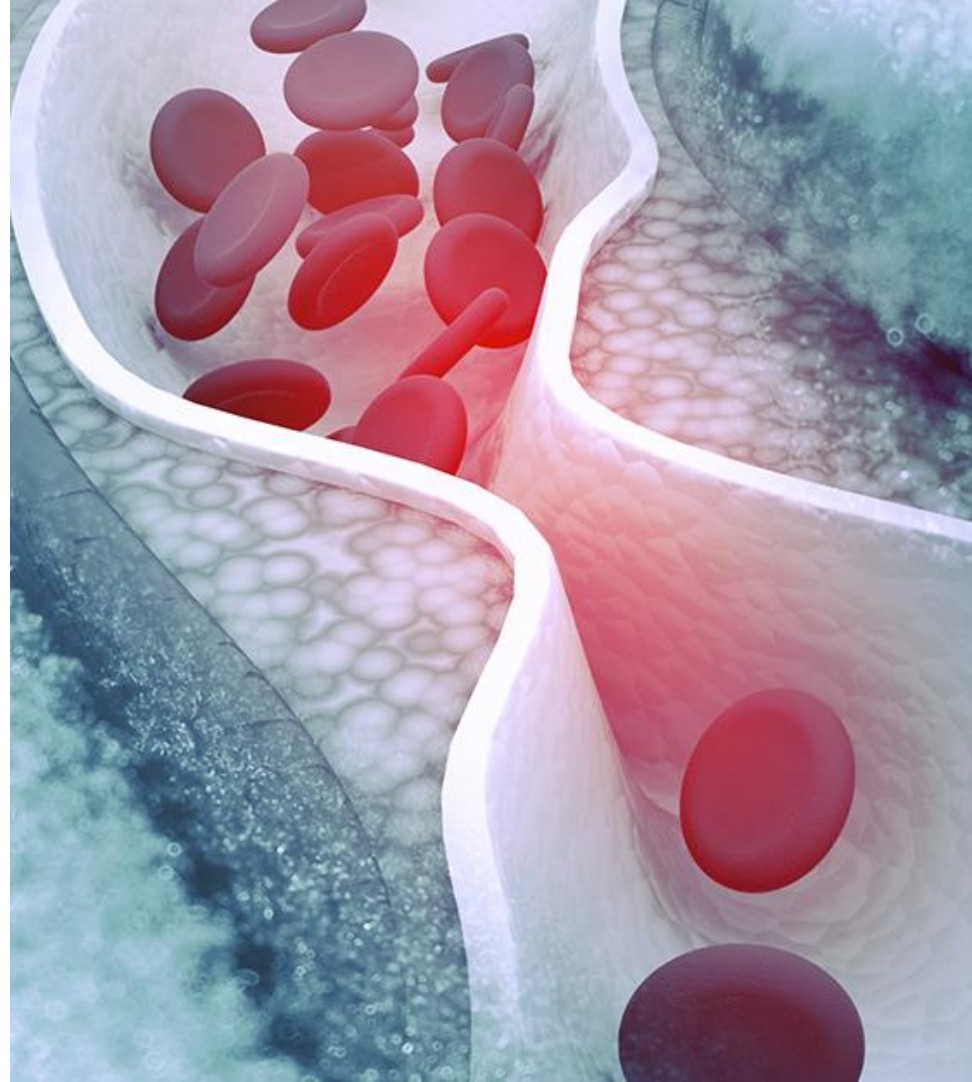
Missä ahtaumia esiintyy?

Valtimotauti voi yllättää äkillisesti

Diabeteksen yhteys  
valtimotauteihin

Valtimotaudin ilmentymät

Valtimosairauksien hoito

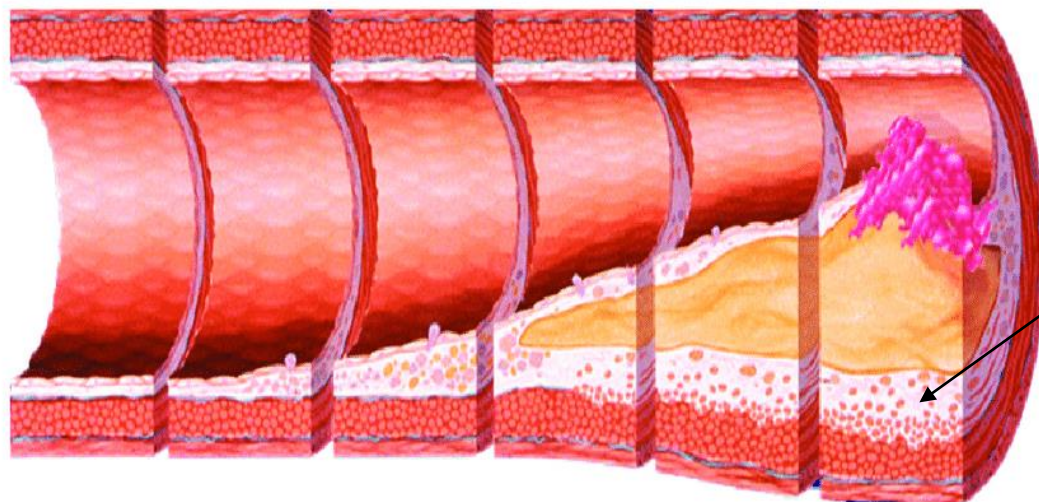


# Mikä on valtimotauti?

tulppa

-Valtimotauti eli valtimonkovettumatauti, ateroskleroosi-

Vahto-  
soluja    Rasva-  
juoste    Pullis-  
tuma    Rasva-  
pesäke    Side-  
kudos    Repeämä



Tauti alkaa kun valtimoiden sisäpinnan alle alkaa muodostua kertymää veren LDL kolesterolista, tulehdussoluista sidekudoksesta ja kalkkista.

Alle 20-vuotiaasta

30-vuotiaasta

40-vuotiaasta

Kertymän kasvaminen on hyvin hidasta.  
Se voi alkaa jo nuoruudessa ja jatkuu koko aikuisiän.



# Valtimotaudin eteneminen

Ateroskleroosissa **valtimoverisuonten sisäpinta sairastuu** ja seinämään kehittyä tulehdus.

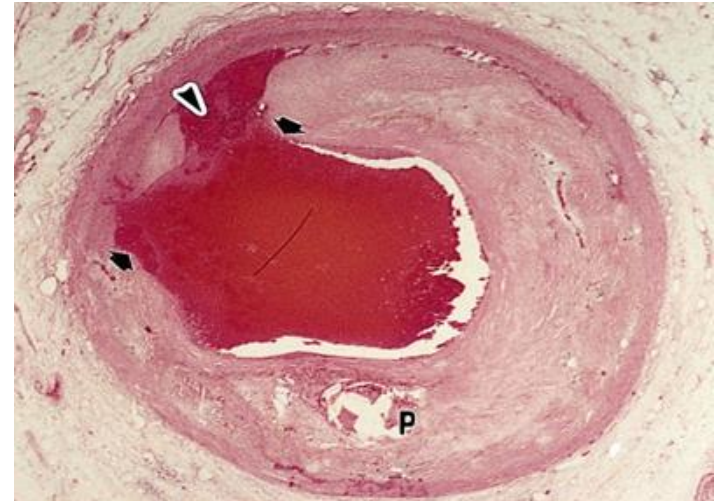
Tulehduksen seurauksena seinämiin muodostuu rasvoittuma- eli ateroomapesäkkeitä ja suonon .

Vähitellen verisuonen sisäosa ahtautuu ja sen läpimitta pienenee. Tässä kyseisessä kohdassa veren virtaus heikkenee.

Valtimot ahtautuvat ja seinämät jäykistyvät eikä sairas suoni kykene enää laajenemaan esimerkiksi paineen kohotessa suonon sisällä.

**Oireita ilmenee** kun verisuoni on jo merkittävästi ahtautunut ja veren virtaus suonon sisällä hankaloituu.

Tällöin, esimerkiksi sydän alkaa kärsiä hapenpuutteesta erityisesti kuormittavissa tilanteissa, tyypillisesti rasituksessa.



Aterooma eli rasvoittumaplakki = P



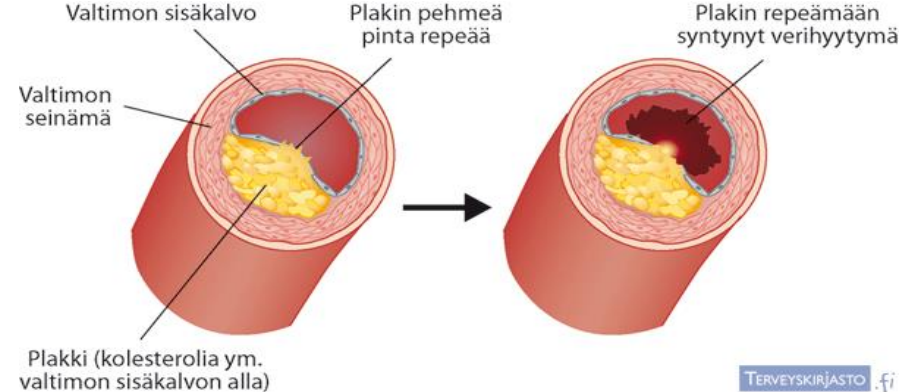
# Tauti voi yllättää äkillisesti

Taudilla on myös äkillinen epävakaa muoto.

Tällöin kovettumapesäkkeen eli plakin pinta rikkoutuu tai repeää.

Repeämän pintaan syntyy verihyytymä, jonka seurauksena on valtimotukos eli trombi (veritulppa).

Tukoksesta saattaa seurata sydän- tai aivoinfarkti tai äkillinen kriittinen hapenpuute alaraajassa.



# Valtimotaudin ilmentymät

## **Sepelvaltimotauti**

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

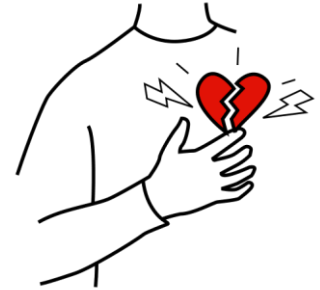
## **Aivoverenkierron häiriöt**

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.



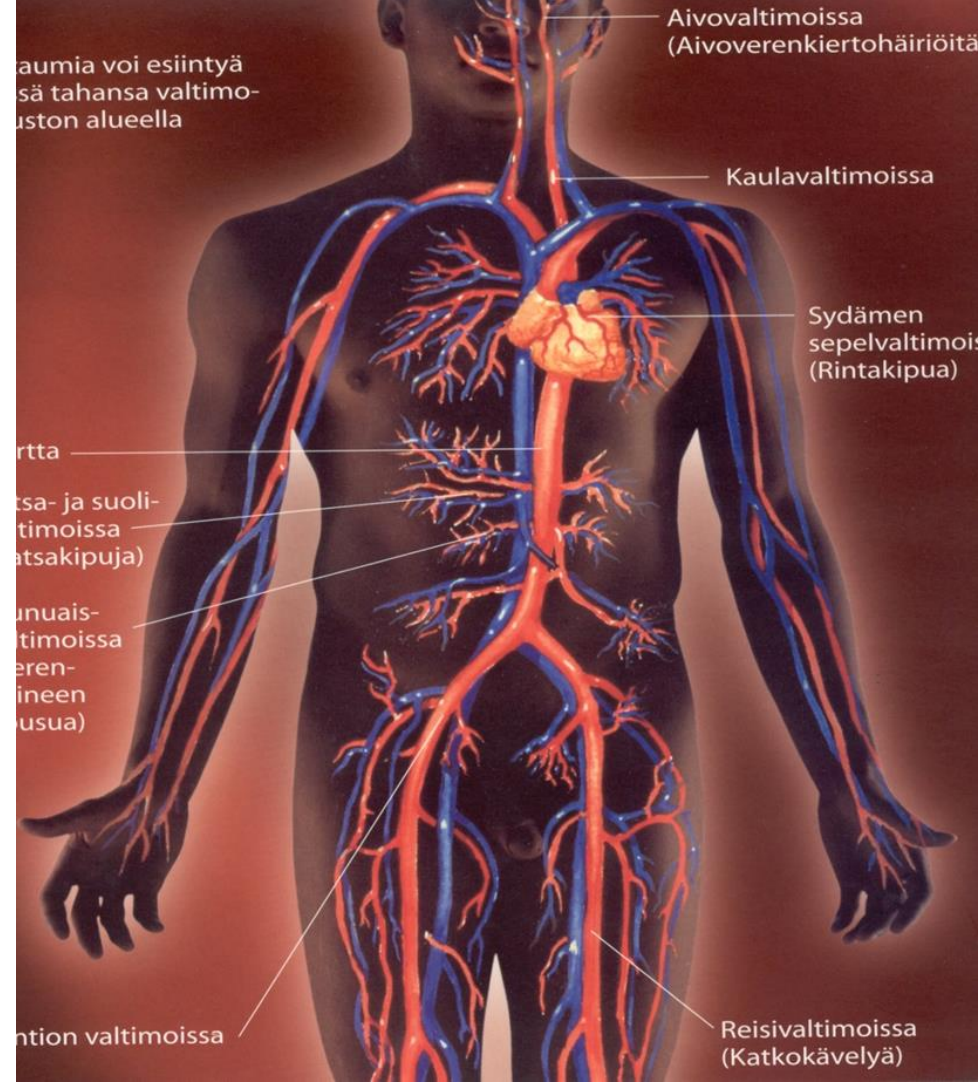
# Missä ahtaumia esiintyy?

Ateroskleroosi on yleissairaus. Tämä tarkoittaa sitä, että valtimot sairastuvat missä tahansa suunnalla elimistössä.

Oireita ilmenee vasta kun sydänlihakseen, aivoihin tai alaraajoihin verta kuljettava verisuoni on jo merkittävästi ahtautunut.

Esimerkiksi pallolaajennusta harkitaan kun 70 %suonen läpimitasta on ahtautunut.

*Tunnistatko aivoverenkiertohäiriön, sydäninfarktin tai katkokävelyn oireet?*



# Valtimotauti kehittyy harvoin ilman riskitekijöitä

tulppa





# 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.





# Taustatekijät

tulppa

Valtimotauti on pitkäaikainen sairaus.

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

Iän myötä valtimotaudin esiintyvyys lisääntyy voimakkaasti. Ikä ei kuitenkaan ole valtimosairauden syy. Ikä on vain aika, jonka aikana taustalla olevat tekijät ovat ehtineet vaikuttaa.



# Valtimosairauksien hoito

Valtimotauti on pitkäaikainen sairaus.

Hyvään hoitoon kuuluvat lääkkeet ja terveelliset elintavat.

Niiden avulla valtimoiden ahtautumista voidaan hidastaa ja jopa pysäyttää.

Sepelvaltimotaudin osalta hoitona ovat myös toimenpiteet.



Lääkkeet



Omahoito ja seuranta



Terveelliset elintavat



# Kirjoita sairastumisesi tarina

- valmistautuminen seuraavaan kertaan-

Jokainen kokee sairastumisen omalla tavallaan.

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

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).





**tulppa**  
tietoa taitoa ja tukea