

|                              |   |    |      |     |        |            |            |
|------------------------------|---|----|------|-----|--------|------------|------------|
| 26.52x31.78                  | 1 | 13 | עמוד | ביר | + הארץ | 24/09/2013 | 38928701-8 |
| אסותא מרכזים רפואיים - 91685 |   |    |      |     |        |            |            |



מגדר

# אישה עם לב

מעל גיל 45 ל-1 מתוך 14 נשים יש התבטאות קלינית אחת לפחות של מחלות לב וכלי הדם. מתוכן ל-88,000 יהיה התקף לב, ומחציתן ימותו במהלך 8 השנים שלאחר ההתקף. צאו מהאדישות!

יובל בן משה

גם אצל הצוות הרפואי הערנות לכך לקויה. **ומה אחר כך?** "גם בהמשך, מבחינה טיפולית, נשים מגיבות פחות טוב לטיפול הפולשני במחלת לב, בעיקר עקב הופעת סיבוכים ווסקולרים (דימומים), רבים יותר מאשר אצל גברים. לנשים יש נטייה לא לקחת את הטיפול התרופתי כפי שהומלץ ע"י הרופא ולא להשתתף בתוכנית של שיקום לב", מסכמת ד"ר קידמן.

הזעה, כחילה\הקאה, סחרחורת. יותר נשים חוות התקף לב שאינו מלווה בכאבים בחזה מאשר גבריים, מציינת ד"ר גילה קידמן, המערך הקרדיולוגי, מרכז רפואי סורוקה.

לדבריה, לנשים יש יותר מחלות רקע מאשר אצל גברים באותו גיל. לנשים לוקח יותר זמן לפנות לרופא, דבר שגורם לנוק לבבי גדול יותר. מחקרים הוכיחו שקיימת שאננות אצל נשים בקשר לסיכון שלהן לחלות במחלת לב. יותר גרוע מכך,

שינוי מהותי בפרופיל הבריאות הנשי. לא רק שההגנה ההורמונאלית נעלמת, הרי שקיימת עלייה בערכי לחץ דם, הסוכר והכולסטרול, בנוסף לעלייה ברורה בסיכון ובשכיחות של התקפי לב ושכך מוחי. עם הפסקת המחזור, והירידה ברמות האסטרוגן, נשים עולות במשקלן ופיזור השומן משתנה ונוטה להידמות להשמנה גברית קלאסית. "נצפית עליה בערכי לחץ הדם, כמו גם בערכי כולסטרול כלליים, כולסטרול רע - LDL המגיעים לשיא בגילאי 55-65. שכיחות מחלת הסוכרת בקבוצת גיל זו עולה אף היא, זאת עקב ירידה בהפרשת אינסולין ועלייה בעמידות לאינסולין. בהשוואה לגברים בגיל דומה, מדווחת שכיחות גבוהה יותר של סוכרת, יתר לחץ דם והשמנה, שכיחות דומה של היפרליפידמיה, ושכיחות נמוכה יותר של ערשון.

שינויים אלו, תורמים באופן משמעותי לעליה בסיכון למחלות לב. גיל המעבר מתאפיין לא רק בעליה בהיארעות גורמי סיכון למחלות לב, אלא גם בפגיעה משמעותית בתוחלת החיים ואיכותם. מעל גיל 45 ל-1 מתוך 14 נשים יש התבטאות קלינית אחת לפחות של מחלות לב וכלי הדם היינו: התקף לב, תעוקת חזה, צורך בצנתור כלילי או ניתוח לבבי, אי ספיקת הלב ושכך מוחי, מתוכן ל-88,000 יהיה התקף לב, ומחציתן ימותו במהלך 8 השנים שלאחר ההתקף."

## סימנים והבדלים בין המינים

"הסימפטום הכי שכיח של התקף לב בשני המינים הוא הכאב בחזה. נשים חוות או מתארות את הכאב בחזה בצורה שונה מגברים וגם לעיתים קרובות יותר, תלונותיהן בלתי ספציפיות, כגון חר לשה או עייפות. שאר התסמינים הם: קוצר נשימה,

עולם המערבי, מחלות הלב מהוות את סיבת המוות הראשונה בנשים מעל גיל 50 (בארץ סיבת מוות שנייה, לאחר מחלות ממאירות). נתונים מאירופה מצביעים על כך ש-55% מהנשים מתות עקב מחלות לב וכלי הדם, בעוד שרק 35% מהגברים מתים מסיבה זו. לא רק ששיעור השכר המוחי עולה בנשים עם הגיל, תוצאותיו (שיתוק משמעותי) חמורות יותר מאשר בגברים.

"הדעה הרווחת היא שמחלות לב הן נחלת הגברים ולא של הנשים. הדבר אולי נכון עד לגיל המעבר, אך כיום בעקבות הארכת תוחלת החיים, מהווים התקפי לב ושכך מוחי, את גורם המוות העיקרי בקרב נשים, ויותר נשים מתות מהם מאשר מכל מחלות הסרטן גם יחד", מדגישה ד"ר אביטל פורטר, מנהלת יחידת טיפול נמרץ- ביניים לב, המערך לקרדיולוגיה, בילינסון.

לדבריה, קיים הבדל מגדרי מובהק בתחלואה ותמותה על רקע מחלות לב, בעיקר בשל היות המוח חלה שכיחה פי 5-2 בגברים, כאשר בשני המגדרים נצפית עליה בשכיחות עם הגיל. קיימת ירידה ברורה בתמותה מהתקפי לב בנשים בעשורים האחרונים, זאת משנית למניעה ראשונית יעילה מחד, והגברת הטיפול בחולות עם מחלה כלילית (מניעה שניונית) מאידך.

למרות הישגים משמעותיים אלו, התחלואה והתמותה ממחלות לב ושכך מוחי נותרה גבוהה, ואף עולה בנשים צעירות בגילאי 35-54, זאת משנית להשמנה, עישון, והעדר מודעות לצורך בטיפול בערכי כולסטרול מוגברים.

## הכול בגלל המעבר

ד"ר פורטר: "עם הפסקת המחזור החודשי, חל

## אז למה זה קורה, ומה אפשר לעשות?

### ✔ לטפל בגורמי הסיכון

נשים סוכרתיות וכאלו שסובלות מיתר לחץ דם צריכות להיות עם "יד על הדופק". לבקר בקביעות אצל רופא המשפחה, ליטול את התרופות הדרושות ולהקפיד על איזון בתוך הנורמה. הסיכון שלהן מעט גדול יותר, בייחוד מגיל המעבר וצפונה - חשוב לטפל באגרסיביות בגורמי הסיכון.

חוץ מגילי חום וחוכמת חיים, גיל המעבר מזמן לנשים רבות גם עלייה בשומני הדם. זהו תהליך טבעי - אך כזה שמעלה את הסיכון למחלות לב וכלי דם. לכן יש לאבחן ולבדוק אותו (בדיקת דם פשוטה בקופת חולים), ואם הוא קיים - ניתן לטפל בו בקלות (באמצעות סטטינים).

### ✔ להכיר את הסימפטומים

מחקרים שנערכו על התקפי לב אצל נשים, גילו שהעיסוב בפניו לבית החולים, נבע מכך שרבות ציפו ללחץ או כאבים בחזה. הסימפטומים שחוו כלל לא הדליקו אצלן נורה אדומה, המעידה על אירוע לבבי. סקר שנערך בארץ העלה כי 77% מהציבור לא שמע מעולם על "התקף לב נשי", וכלל לא יודע מה מאפיין אותו. מחקר שבדק מטופלות, שקראו ולמדו להכיר את הסימפטומים הייחודיים להתקף לב אצל נשים (שהם הרבה יותר רחבים ומגוונים משל הגברים), הוכיח שהיכולת שלהן לזהות התקף לב עלתה באופן דרמטי.

### ✔ להזמין אמבולנס מיד

**בהתקף לב כל דקה היא קריטית.** ולכן חשוב להגיע לטיפול כמה שיותר מהר. אצל גברים, הלחץ בחזה גורם לנשיותיהם, פעמים רבות, להבהיל אותם לטיפול דחוף. ואילו אצל נשים, התסמינים הם הרבה יותר כלליים ולא בהכרח כוללים לחץ בחזה - הגברים לא תמיד מודעים לכך שיתכן ומדובר באותם.

על פי נתוני האיגוד, משך הזמן הכולל שלוקח למטופל הישראלי הממוצע מרגע הופעת הסימנים ועד להשכבתו על שולחן הצנתורים ופתיחת העורקים החסומים שלו, עומד על **3 שעות ורבע בממוצע** (כשיש כאלו שמגיעים אף ל-5 שעות וחצי). כל שנייה שתופחת מהזמן הזה, משמעותה - עוד שריר לב שיחיה, עוד חיים שיינצלו.