

Fråga om din hjärthälsa

– kan det vara
aortastenos?



Ett sätt att identifiera aortastenos är att beskriva sina symtom tydligt och korrekt för sin läkare och be honom/henne att lyssna på hjärtat via stetoskop.

Varför är det viktigt att läkaren lyssnar på hjärtat i stetoskop under ditt besök?

Blåsljud på hjärtat kan vara ett tecken på aortastenos.^{1,2}

Din läkare kan lyssna efter blåsljud på ditt hjärta via stetoskop.¹

Om läkaren upptäcker blåsljud kan du få en remiss till en hjärtspecialist som gör fler tester för att ta reda på vad som försiggår i ditt hjärta.



Hjärtklaff.se
by Edwards Lifesciences

Innehåll

3. Hur din läkare undersöker aortastenos
4. Anledningar för att boka en undersökning
8. Symtom
10. Medicinsk historia
11. Frågor till din läkare
12. Telefon / videomöten

Aortastenosen är en av de vanligaste hjärta- och blodkärlsjukdomarna.³

Det drabbar omkring en av åtta personer som är äldre än 75 år.⁴



Eftersom det är en sjukdom som förvärras med tiden och inte kan behandlas med läkemedel är det viktigt att du håller koll på dina symtom och omedelbart informerar din läkare om något förändras eller förvärras.

Den som utvecklar en allvarlig form av aortastenosen behöver få en ny aortaklaff. Vid obehandlad allvarlig aortastenosen är chanserna för överlevnad så låga som 50 procent efter två år.³

Två sätt som din läkare kan undersöka om du har drabbats av eller riskerar att drabbas av aortastenosen



1. Genom att lyssna till ditt hjärta via stetoskop. Om läkaren hör ett blåsljud kan det vara ett tecken på aortastenosen.

Be läkaren lyssna efter blåsljud på ditt hjärta via stetoskop



2. Genom att din egen monitorering och bedömning av symtom för aortastenosen. Om du upplever något eller några av symtomen på nästa sida eller om du har gjort ändringar i dina rutiner eller dragit ned på tempot i vardagen kan det vara ett tecken på aortastenosen^{5,6}, och därför är det viktigt att du informerar din läkare om detta.

Svara på frågorna på nästa sida för att fråga din läkare om att lyssna på ditt hjärta med stetoskop och lyssna efter blåsljud, ett tecken på aortastenosen.

Ge din läkare en bättre bild av dina symtom genom att skriva ut detta dokument, besvara de fem frågorna på nästa sida (genom att kryssa för rätt ruta) och ta med dig svaren till undersökningen.

Be om en undersökning av ditt hjärta

1. 1. Varför har du bokat undersökningen?

Jag gör inte lika mycket som jag brukar eftersom jag....



... blir andfådd



... börjar känna mig trött



... får ont i bröstet



... känner mig yr



... märker att hjärtat slår snabbare



Jag har märkt att jag måste stanna för att hämta andan när jag går



Jag blir andfådd bara jag går uppför en trappa

När började du märka av de här symtomen?
(t.ex. för ett par veckor sedan, under vissa aktiviteter, någon
uppmärksammade mig på dem.)

Varar de hela dagen eller bara vissa tider (t.ex. bara när du går
eller bara på kvällen) och finns det några faktorer som utlöser eller
förvärrar dem?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Be om en undersökning av ditt hjärta

1. Varför har du bokat den här undersökningen?

Mina anhöriga är oroliga över min hälsa eftersom de har uppmärksammat att jag...



... Mer andfådd



... är tröttare



... Mindre aktiv



... har svimmat



mina anklar och/eller fötter är svullna



Jag mår bra ena sekunden för att sedan känna mig svimfärdig eller yr

När började du märka av de här symtomen?
(t.ex. för ett par veckor sedan, under vissa aktiviteter, någon uppmärksammade mig på dem.)

Varar de hela dagen eller bara vissa tider (t.ex. bara när du går eller bara på kvällen) och finns det några faktorer som utlöser eller förvärrar dem?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Symtom

2. Har du upplevt något eller några av följande symtom under det senaste halvåret?

Mindre
än vanligt

Mer än
vanligt



Trötthetskänsla/låg energinivå



Svårt att andas (blir lätt andfådd) efter dagliga aktiviteter eller när jag ligger ned



Svimfärdig eller yr



Svullna vrister och/eller fötter



Det känns som om hjärtat hoppar över ett slag (fladder) eller som om hjärtat slår snabbt

Om du upplever något eller några av följande symtom och märker att de förändras eller förvärras ska du omedelbart informera din läkare.

Mindre
än vanligt

Mer än
vanligt



Bröstsmärtor



Svårt att gå även korta sträckor



Jag upplever inga symtom

Om du upplever några andra symtom kan du ange dem här:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ditt hjärtas historik



3. Jämfört med för ett halvår sedan – ägnar du dig fortfarande åt de dagliga aktiviteter och hobbyer du tidigare har ägnat dig åt?

Ja, mina vardagsrutiner har inte förändrats

Jag har dragit ned på tempot en aning, men är fortfarande aktiv

Nej, jag var mer aktiv tidigare



4. Finns ärftlighet för hjärtsjukdomar i din släkt?

Ja Nej Jag vet inte



5. Har en läkare någonsin lyssnat på ditt hjärta via stetoskop?

Ja, för mindre än ett år sedan Nej

Ja, för mer än ett år sedan Jag vet inte

Om du svarade ja på fråga 5:

Sa läkaren att det fanns ett blåsljud på ditt hjärta?

Ja Nej Jag minns inte

En sammanfattning

Fyll i mellanrummen nedan som ett sätt att förbereda vad du vill ta upp med läkaren.

1. Jag har bett om att bli undersökt för att

[fyll i dina svar från fråga 1]

.....

.....

.....

2. Jag har upplevt följande symptom under det senaste halvåret

[fyll i dina svar från fråga 2]

.....

.....

.....

3. 3. Jämfört med för ett halvår sedan [fyll i dina svar från fråga 3]

.....

.....

.....

4. 4.Jag har ärftlighet för hjärtsjukdom

har har ingen vet inte

5. 5.Min läkare ... [kryssa för det alternativ som stämmer in på dig]

... **har inte lyssnat på mitt hjärta via stetoskop** under det senaste halvåret

Om du kryssade för detta alternativ – säg följande till läkaren:

”Kan du lyssna på mitt hjärta via stetoskop och berätta om du hör ett blåsljud eller inte?”

... **har lyssnat på mitt hjärta via stetoskop** under det senaste halvåret

Om du kryssade för detta alternativ – säg följande till läkaren:

”Sist lyssnade du på mitt hjärta via stetoskop och jag minns inte vad du sa angående blåsljud. Kan du lyssna på hjärtat igen och berätta om du hör ett blåsljud eller inte?”

Under läkarbesöket

Frågor att ställa till läkaren...

... om dina symtom

- Vad betyder mina symtom?
- Hur låter hjärtat när du lyssnar på det via stetoskop?
- Har jag något blåsljud?
- Hur vet jag om symtomen förvärras?
- Vad ska jag göra om symtomen förvärras?
- Finns det något jag kan sluta med eller undvika för att förbättra symtomen?
- Vad kan jag göra för att återgå till de dagliga aktiviteter och fritidsintressen jag har fått sluta med eller dra ned på?
- Jag tror att jag upplever ett eller flera av symtomen på aortastenosis. Vad ska jag göra?

... om vad som händer härnäst

- Behöver jag komma hit och träffa dig igen? När då i så fall?
- Behöver jag göra några tester?
- Hur diagnostiseras aortastenosis?
- Vilka slags tester behöver jag genomgå för att få diagnos?
- Är det några aktiviteter jag behöver sluta med medan jag väntar på testresultaten?
- Hur får jag information om resultaten?
- Vem ska jag kontakta om jag inte får någon information om resultaten?

Förberedelser inför läkarbesöket



Om du har bokat ett läkarbesök via telefon- eller videosamtal finns några enkla steg du kan följa för att få ut så mycket som möjligt av det:



1. Kontrollera om det är ett telefon- eller videosamtal.

- Om du har fått veta att du ska på ett "virtuellt besök" eller en "onlineundersökning", eller har fått en länk till en webbplats, rör det sig antagligen om ett videosamtal.
-



2. Välj en plats

- Leta upp en privat, ostörd plats där du känner dig bekväm med att sitta.
 - Om det rör sig om ett telefonsamtal – kontrollera att din fasta telefonlinje fungerar bra eller att du har bra mobiltäckning före samtalet.
 - Om det rör sig om ett videosamtal – kontrollera att du har bra internetuppkoppling.
-



3. Se till att du har tillräckligt med tid att sätta dig tillrätta och förbereda dig inför samtalet

- Slå på datorn, surfplattan eller mobilen i god tid i förväg.
-



4. Fyll i det här bladet senast dagen före samtalet och ha det framför dig.

- Du kan använda dig av det för att se till att du får med allt du vill ta upp och fråga.
- Tänk på att läkaren inte kan göra några fysiska kontroller under ett telefon- eller videosamtal. Därför är det av största vikt att du berättar så mycket du bara kan om dina symtom.

Kom ihåg...

Tveka inte att be läkaren lyssna på ditt hjärta via stetoskop



”Kan du lyssna på mitt hjärta via stetoskop och berätta om du hör ett blåsljud eller inte?”

... Om det är några ord eller förklaringar du inte förstår – be läkaren skriva ned dem och förklara dem närmare

... Om läkaren hör ett blåsljud ska du höra dig för om vad som händer härnäst innan du går



”Kommer jag att få genomgå tester för att se om det är aortastenosis, med tanke på att jag har symptom och blåsljud?”

Om din läkare upptäcker ett blåsljud och remitterar dig till en hjärtspecialist kan du använda dig av en diskussionshandledning vi har tagit fram för att se till att du får ut så mycket som möjligt av ditt sjukhusbesök.



Om du vill ha mer information eller använda vår steg-för-steg-guide, gå till:

www.hjartklaff.se

Referenser: 1. Grimard BH, Larson JM. *Am Fam Physician* 2008;78(6):717–724. 2. Nishimura RA, et al. *J Am Coll Cardiol* 2014;63(22):2438–2488. 3. Otto C. Timing of aortic valve surgery. *Heart* 2000;84(2):211–218. 4. Osnabrugge RLJ, et al. *J Am Coll Cardiol*. 2013;62(11):1002–1012. 5. American Heart Association. Aortic Stenosis Overview. Available at: <https://www.heart.org/en/health-topics/heart-valve-problems-and-disease/heart-valve-problems-and-causes/problem-aortic-valve-stenosis> (accessed August 2021). 6. Mayo Clinic. Aortic valve regurgitation. Available at: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/aortic-valve-regurgitation/symptoms-causes/syc-20353129> (accessed August 2021)

Edwards, Edwards Lifesciences och logotypen med ett stiliserat E och hjärtklaff.se logotypen är varumärken eller servicemärken som tillhör Edwards Lifesciences Corporation eller dess dotterbolag. Alla övriga varumärken tillhör respektive innehavare.

© 2021 Edwards Lifesciences Corporation. Med ensamrätt. PP--EU-2819 v1.0

Edwards Lifesciences • Södra Långgatan 25, 211 44 Malmö, Sverige • edwards.com



Edwards