



6 MILLIONEN LEIDEN AN VORHOFFLIMMERN (TURKEY)

"DER ATEM STÄRKT DAS GESUNDE - WODURCH DAS KRANKE AN KRAFT UND EINFLUSS VERLIERT"

Vorhofflimmern, auch als absolute Arrhythmie bezeichnet, ist eine vorübergehende (paroxysmale oder intermittierende) oder dauerhafte (permanente) Herzrhythmusstörung mit ungeordneter Tätigkeit der Herzvorhöfe. Gebräuchliche Abkürzungen sind AF oder AFib (von englisch Atrial fibrillation), Vfli, VoFli, VHF und VHFli.

Wie gefährlich ist die Vorhofflimmern?

Oft bleibt das Flimmern aber auch völlig unbemerkt. Vorhofflimmern ist zwar nicht unmittelbar lebensbedrohlich, kann aber gefährliche Folgen haben. Patienten mit Vorhofflimmern haben ein gesteigertes Embolierisiko, insbesondere einen embolisch bedingten Schlaganfall zu erleiden.

Welche Beschwerden bei Vorhofflimmern?

Auf diese Symptome sollten Sie achten:

- unregelmäßiger Herzschlag, und Puls.
- Herzstolpern, Herzrasen.
- Schwindel, Schwitzen, Atemnot.
- innere Unruhe, Angstgefühle.
- Abgeschlagenheit.
- Brustschmerzen.
- Erschöpfung, eingeschränkte Leistungsfähigkeit.



Wie lange dauert ein Vorhofflimmern?

Auch körperliche Aktivität kann zu paroxysmalem Vorhofflimmern mit Schweißausbrüchen führen. Es gibt aber auch Patienten, die keinerlei Symptome verspüren. Das paroxysmale Vorhofflimmern tritt anfallsartig auf und dauert nicht länger als sieben Tage. Es endet von allein, üblicherweise innerhalb von 48 Stunden.

Was ist die Ursache für Vorhofflimmern?

Vorhofflimmern kann zwar auch ohne erkennbare Ursache auftreten, jedoch begünstigen eine Vielzahl häufiger Erkrankungen wie Bluthochdruck, Herzmuskelschwäche (Herzinsuffizienz), koronare Herzerkrankung und Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) das Auftreten von Vorhofflimmern. ... Bluthochdruck (Hypertonie)

Vorhofflimmern ist eine der häufigsten Herzrhythmusstörungen. Das Herz schlägt dabei unregelmäßig. Ohne Therapie drohen ernste Folgen, beispielsweise ein Schlaganfall.

- **Das Herz pumpt das Blut in den Körperkreislauf. Über das Blut gelangen lebenswichtige Nährstoffe und Sauerstoff in die Organe.**

16 Prozent aller Schlaganfälle sind auf Vorhofflimmern zurückzuführen. Das Schlaganfallrisiko hängt vom Alter und den Begleiterkrankungen ab. Ohne Blutgerinnungshemmung ist bei über 70-Jährigen mit einem Schlaganfall-Risiko von 20 bis 30 Prozent innerhalb von fünf Jahren zu rechnen.

Hohes Diabetes-Risiko verkürzt Lebenserwartung um 13 Jahre!

Es ist wichtig zu verstehen, dass das Ziel nicht nur darin liegt Gewicht zu verlieren, sondern Fett!

Diabetes + Obesität = Diabesität

Die Weltgesundheitsorganisation sieht in der Obesität (Adipositas) eine neuartige Epidemie, die keinen Kontinent mehr ausspart und alle diejenigen Länder einbezieht, in denen Unterernährung und Überernährung nebeneinander bestehen. **Die Zukunft erkennen durch: „PREVENTION21.COM“**

6 MİLYON BORULAN ÖNCEKİ YAŞAM ODASI (TÜRKİYE) "NEFES, GÜÇ VE ETKİLİ KAYBETE HAZIRLANAN SAĞLIĞI GÜÇLENDİRDİ"

Atriyal Fibrilasyon Nedir?

Normalde kalp düzenli bir şekilde kasılır ve gevşer. Kalpte yer alan belirli hücreler kalbin kasılmasını ve kan pompalamasını sağlayan elektriksel sinyalleri üretirler. Bu elektriksel sinyaller elektrokardiyografi (EKG) kayıtlarında görülür.

Atriyal fibrilasyonda (AF), kalbin elektriksel aktivitesindeki bozulma nedeniyle kalbin üstteki iki kulakçığı (atriyumlar) atması gerektiği şekilde atmaz. Normal bir düzende atmak yerine, kulakçıklar bir jelatin kabının titreşmesi gibi çok hızlı ve düzensiz atar. Kalbin düzenli bir şekilde atması vücudun ihtiyacı olan oksijenin ve besinlerin alınması açısından önemlidir. AF başka ritim problemlerine, kronik yorgunluğa ve kalp yetersizliğine yol açabilir. Ayrıca kulakçıklar titreştiği için içlerinde kan durağan hale gelip pıhtılaşabilir. Bu pıhtıların beyne gitmesi felç (inme) ile sonuçlanır. Bu rahatsızlığı kontrol altına almak için bir doktordan yardım almalısınız.

Atriyal fibrilasyonun belirtileri nelerdir?

Atriyal fibrilasyonda görülen başlıca belirtiler şunlardır:

- Düzensiz ve hızlı kalp atımı
- Çarpıntı
- Baş dönmesi
- Terleme
- Göğüs ağrısı veya baskı hissi
- Nefes darlığı
- Egzersiz sırasında daha çabuk yorulma
- Bayılma



Atriyal fibrilasyon nasıl tedavi edilir?

Tedavi atriyal fibrilasyonun neden kaynaklandığına ve sizi ne ölçüde etkilediğine göre değişecektir. Bazen atriyal fibrilasyon elektrik şoku ile düzeltilir. Bu şok kalp atım hızınızı tekrar normale döndürebilir.

- Doktorunuz, kalp atım hızının normale dönmesine yardımcı olan ilaçlar verebilir.
- Size kalp atım hızınızı yavaşlatan ilaçlar verilebilir.
- Cerrahi ablasyona, kalp piline veya diğer prosedürlere ihtiyacınız olabilir.

Felç riskini nasıl azaltabilirim?

Felç riski atriyal fibrilasyon hastalarında yaklaşık beş kat daha fazladır. Bunun nedeni atriyal fibrilasyonda kanın kalp kulakçıklarında birikerek pıhtı oluşturabilmesidir. Felç riskini azaltmak için, doktorunuz size kan pıhtısı oluşumunu engelleyecek ilaçlar verebilir.

- Atriyal fibrilasyon tedavisi için ilaç kullanıyorsanız bunu mutlaka sizi tedavi eden diğer doktorlara, diş hekiminize veya eczacınıza söyleyin.
- Normalden farklı bir kanamanız veya morarmanız veya başka herhangi bir probleminiz oluyorsa bunu hemen doktorunuza iletin.

Visseral yağ

Aşırı karın yağı (viseral yağ) karnın hayati organlarını çevreler. Viseral yağ özellikle sağlık sonuçları ile ilişkilidir ve morbidite riskini toplam kilonun üzerinde tutar. Bel seviyesindeki bel çevresi (göbek düğmesinin 1 cm yukarısında), fazla mide yağının basit bir göstergesidir. Kadınlarda 88 cm veya erkeklerde 102 cm'nin üzerinde bir bel çevresiyle, biri kiloyla ilişkili sekel riskinin büyük ölçüde arttığı açık karın şişmanlığından söz eder. Ancak, 80 cm'den (kadın) veya 94 cm'den (erkek) fazla değerler için biraz daha yüksek bir risk gözlenmiştir.



Acıların listesi uzundur ve bu da göbek yağının neden olduğu:

Büyük karınlılarda miyokard infarktüsü, yüksek tansiyon, inme ve arteriyoskleroz daha sık görülür.

VIEW: www.Unbreakable.LIVE and www.Atriyal-Fibrilasyon.com and – www.GLORY25.COM
Kontakt: TURKEY@DIYABET.Email - „Excellence.ENERGY“ - Calves.ENERGY – OBEZITE.DE