

Werkstuk Verzorging Arteriosclerose



Werkstuk door een scholier

1751 woorden

15 jaar geleden

★ 7,9

103 keer beoordeeld

Vak

Verzorging

Wat is arteriosclerose?

Letterlijk betekend arteriën 'slagaders' en sclerose betekend 'verkalking'. Arteriosclerose is dus een verkalking van een slagader. Er treed een verharding van de vaatwand van een slagader op door een vette aanslag op de binnenwand. In eerste instantie zetten zich vetdeeltjes, eiwitten en kalkzouten af op de vaatwand, waardoor beschadigingen ontstaan. De slagaders worden hierdoor nauwer en minder elastisch. Hierdoor wordt de doorbloeding belemmerd en bestaat er een grotere kans op afsluiting van de vaten door bloedstolsels die ter plekke ontstaan (=trombose) of van elders uit het lichaam worden aangevoerd (=embolie). Het kan zijn dat bepaalde organen dan geen bloed meer krijgen en dat kan erg gevaarlijk zijn.

Wat zijn de oorzaken van arteriosclerose?

Echt een duidelijke oorzaak heeft arteriosclerose niet. Er zijn wel een aantal risicofactoren om arteriosclerose te krijgen, namelijk:

- Erfelijke aanleg
- Cholesterolgebruik
- (te) weinig lichaamsbeweging
- Hoge bloeddruk (=hypertensie)
- Roken
- Stress
- leeftijd
- Alcoholmisbruik
- Anticonceptiepil
- Overgewicht (=obesitas)
- Suikerziekte (=diabetes mellitus)
- Combinatie van bovengenoemde factoren

Erfelijke aanleg

In de ene familie komen meer hart- en vaatziekten voor als in de andere familie.

Cholesterolgebruik

Cholesterol is een vetachtige stof die we als bouwstof nodig hebben voor onze cellen. Zonder cholesterol

zou de machine van ons lichaam vastlopen. Daarom moet cholesterol via het bloed door het hele lichaam getransporteerd worden. Dit gebeurt door vet- en eiwitdeeltjes, de lipoproteïnen. Er bestaan verschillende lipoproteïnen namelijk, zware (HDL), lichte (LDL) en zeer lichte (VLDL). Het HDL-cholesterol geeft bescherming tegen hart- en vaataandoeningen. Het LDL-cholesterol brengt een verhoogd risico aan hart- en vaataandoeningen met zich mee. Het is dus aanbevolen om niet meer te eten dan je lichaam nodig heeft. Gebruik koolhydraatrijke voeding en gebruik niet te veel verzadigde vetten.

(Te) weinig lichaamsbeweging

Te weinig lichaamsbeweging stimuleert de bloedsomloop niet, waardoor eerder overgewicht en vaatafsluitingen kunnen ontstaan, met als gevolg een hoge bloeddruk.

Hoge bloeddruk

Van een hoge bloeddruk spreken we als de onderdruk (diastolische druk) 95 of hoger is. De diastolische druk is bepalend voor de uitslag van wel/ of geen hoge bloeddruk. Vaak is de oorzaak van een te hoge bloeddruk niet vast te stellen. De bloeddruk kan erfelijk bepaald zijn, maar is ook te beïnvloeden door overgewicht, roken, stress en overmatig gebruik van zout. Behandeling van een te hoge bloeddruk is van belang, omdat op langere termijn de bloedvaten kunnen worden aangetast.

Vaak wordt bij een te hoge bloeddruk een beperkt natriumgebruik voorgeschreven. Natrium houdt vocht vast in de bloedcirculatie, wat een te hoge bloeddruk kan veroorzaken. Een te hoge bloeddruk beschadigt de binnenkant van de bloedvaten. Er kan afzetting van cholesterol plaatsvinden, wat een vernauwing van de bloedvaten kan veroorzaken.

Roken

Sigaretten bevatten nicotine, teer en koolmonoxide. Deze stoffen kunnen de slijmvliezen van mond, keel en longen irriteren en infecties veroorzaken. Als nicotine in het bloed is opgenomen komen er bepaalde stoffen vrij namelijk, de catecholaminen. Deze stoffen veroorzaken een versnelde hartslag, vaatvernauwing, verhoogde bloeddruk en ritme-afwijkingen.

Dit zijn verschijnselen die bij langdurig gebruik kunnen leiden tot arteriosclerose, angina pectoris of een hartinfarct. Ook meerroken leidt tot het opnemen van deze stoffen, het vergroot dus ook de kans op hart- en vaataandoeningen.

Stress

Stress is een lichamelijke of emotionele toestand van spanning, als reactie op een situatie waarmee men geen raad weet. Stress hoort bij het leven, zolang het op een gezonde wijze is.

Veel mensen lijden onder stress door de hoge eisen die ze aan zichzelf stellen of de hoge eisen die de maatschappij aan hen stelt.

Als gevolg van chronische stress maken de bijnieren meer adrenaline aan en dit leidt tot een versnelde hartslag en een verhoging van het cholesterolgehalte in het bloed.

Leeftijd

De leeftijd is niet te beïnvloeden, maar als men ouder wordt, wordt de kans op hart- en vaataandoeningen groter.

Alcoholmisbruik

Alcoholmisbruik verhoogt de bloeddruk, het doet aanslag op het hart en vaatstelsel en het verhoogt daarmee de kans op aandoeningen aan hart en vaten.

Anticonceptiepil

De anticonceptiepil kan aanleiding geven tot een verhoogde bloeddruk, met de gevolgen die hiervoor beschreven zijn. Een combinatie van de anticonceptiepil, overgewicht, alcohol en roken kan de kans op hart- en vaataandoeningen vergroten.

Overgewicht

Overgewicht doet een extra aanslag op het lichaam. Het vergroot de kans op een hoge bloeddruk. Overgewicht kan leiden tot een teveel aan cholesterol dat de bloedvaten aantast. Het voorkomen van overgewicht is een belangrijke preventieve maatregel.

Suikerziekte

De complicaties die bij de diabetes horen zijn bijna allemaal terug te herleiden tot de aantasting van de bloedvaten. Op langere termijn wordt de kwaliteit van de bloedvaten in het hele lichaam slechter. Het gaat hier zowel om de grote als om de (hele) kleine bloedvaten. De kleine bloedvaten worden het eerst aangetast. De grotere volgen later. Deze kwaliteitsachteruitgang wordt versneld door sterk wisselende bloedglucosewaarden en het (te hoge) vetgehalte van het bloed.

Mensen met diabetes hebben hierdoor een grotere kans op het krijgen van arteriosclerose.

Wat zijn de verschijnselen van arteriosclerose?

Atherosclerose kan in elke slagader van het lichaam voorkomen. De klachten en verschijnselen zijn afhankelijk van de plaats, ernst en duur van de arteriosclerose.

- Angina pectoris: Hierbij zijn kransslagaders van het hart zodanig vernauwd door de vetophopingen, dat het hart bij inspanningen te weinig bloed krijgt. Bij angina pectoris treedt er een beklemmende, drukkende pijn achter het borstbeen op. Soms lijkt het of er zich een band rondom de borstkas bevindt. De pijn straalt vaak uit naar de linkerarm of naar de kaken en soms naar de rug.

- Hartinfarct: Hierbij zijn één of meer (takken van) de kransslagaders geheel dichtgeslibd. Het hartspierweefsel achter de verstopping sterft dan af.

Klachten zijn dan: Hevige tot verstikkende benauwdheid, duizeligheid en vermoeidheid, lichte, matige of hevige pijn in de borst, die vaak uitstraalt naar kaak, rug en armen (vooral linker), soms ook buikkrampen, zware hartkloppingen ('bonzen'), hartritme-stoornissen (= aritmieën), hartfalen (= verminderde pompfunctie van het hart), bloeding als gevolg van een scheur in de hartspier op de plaats van het infarct, hevig zweten, onrust, verwardheid, angst en bewusteloosheid

- Claudicatio intermittens (ook wel: 'etalagebenen'): Hierbij zijn slagaders in de benen aangedaan en krijgen beenspieren te weinig bloed tijdens het lopen.

Klachten kunnen zijn: Toenemende pijn en kramp in de benen (vooral de kuiten) tijdens lopen, snel vermoeide benen bij inspanning. Na enige tijd wordt lopen vrijwel onmogelijk (de verschijnselen nemen meestal snel weer af bij uitrusten).

De verschijnselen kunnen zich bij vernauwing van armslagaders ook in de armen voordoen.

· Herseninfarct: De slagaders die de hersenen van bloed voorzien kunnen ook worden aangetast. Dit kan leiden tot beschadiging van hersenweefsel en verlies van functies (bijvoorbeeld spraakproblemen, gezichtstoornissen, verlammingen). Verschijnselen van een herseninfarct zijn: duizeligheid en/of evenwichtsstoornissen, ernstige hoofdpijn, vaak blauw, gezwollen gelaat, bewusteloosheid, trage of juist erg snelle polsfrequentie, langzame en snurkende ademhaling, koorts en eventueel wijde, lichtstijve pupillen.

Wat is de behandeling bij arteriosclerose?

Wanneer de vernauwing niet van ernstige aard is of wanneer er zich vele nieuwe bloedvaatjes hebben gevormd is het vaak zeer goed mogelijk om door training en eventueel het gebruik van bloedverdunnende medicijnen de situatie aanzienlijk te verbeteren.

In sommige gevallen kunnen slagaders worden geopereerd. Bijvoorbeeld een bypassoperatie. Dit kan bijvoorbeeld bij het hart maar ook in de benen. Om de vernauwing heen wordt dan een bypass (=omleiding) gelegd. Het benodigde bloedvat voor de bypass wordt uit de borst of uit het been van de zorgvrager gehaald. In sommige gevallen kan ook worden gekozen voor het gebruik van vaten van kunststof.

In sommige gevallen wordt tegenwoordig gebruik gemaakt van medicijnen die een gunstig effect hebben op de concentratie schadelijke vetten in het bloed. In geval van een te hoge bloeddruk kunnen door de arts ook geneesmiddelen worden voorgeschreven. Toch geldt dat de patiënt in eerste instantie zijn/haar levensgewoonten moet aanpassen, bijvoorbeeld: stoppen met roken, minder vet eten en meer bewegen.

Dotteren is ook een mogelijkheid. Bij het dotteren wordt er een catheter in de kransslagader geschoven. Deze catheter bevat een ballonnetje. Door dit ballonnetje op te blazen wordt de kransslagader opgerekt, waardoor de vernauwing wordt opgeheven.

Na deze ingrepen is het langdurig of levenslang gebruik van antistollingsmiddelen (bijvoorbeeld sintrom, marcoumar) noodzakelijk. Hierdoor wordt voorkomen dat een stolsel het bloedvat afsluit.

Deze operaties hebben geen zin als je hierna je levenswijze niet veranderd. Als je blijft roken en vet blijft eten dan krijg je het misschien zo weer. En dat is dus niet de bedoeling.

Belangrijk is dus dat je stopt met roken, dat je niet te veel vetten eet, dat je meer aan lichaamsbeweging gaat doen, dat je gaat afvallen, niet te veel alcohol drinkt en als je diabetes mellitus hebt dat je dan goed in de gaten houdt dat je bloedsuikergehalte niet teveel schommelt.

Hoe kan je arteriosclerose voorkomen?

In principe is 'gezond leven' de beste preventie om de schadelijke vaatwand tegen te houden. Op de effecten van ouderdom (zoals minder elasticiteit en dikker worden van de vaatwand) kan men weinig invloed uitoefenen. Maar door de combinatie van veel lichaamsbeweging, een vetarm dieet, zo nodig afvallen en zeker niet roken, kan men het hart- en vaatstelsel in een goede conditie houden.

Hoe kan je er voor zorgen dat de zorgvrager er zo min mogelijk last van heeft? En wat kan jij als verzorgende voor rol spelen?

Mevrouw Leegwater heeft arteriosclerose maar volgens de arts is dit nog niet zo erg. Hoe je er voor kan zorgen dat mevrouw er zo min mogelijk last van heeft is door de oorzaken proberen weg te nemen.

Mevrouw leegwater leidt bijvoorbeeld aan overgewicht. Wat je kan proberen is mevrouw te laten afvallen, door meer lichaamsbeweging en een vetarm dieet. Als mevrouw Leegwater gezonder gaat leven kunnen de verschijnselen als angina pectoris, hartinfarct, herseninfarct en claudicatio intermittens misschien worden voorkomen. Op dit moment heeft mevrouw hier nog geen last van dus voorkomen is in dit geval het beste.

Wat voor rol jij als verzorgende kan spelen is er voor zorgen dat mevrouw leegwater zich aan haar dieet houdt en dat mevrouw op gym gaat. Je kan aan mevrouw uitleggen wat het belang is van een dieet en de extra lichaamsbeweging. Het belang is dus dat mevrouw de beschreven verschijnselen voorkomt.

Kan er een verband bestaan tussen arteriosclerose en diabetes mellitus?

Het antwoord hierop is 'ja'.

De complicaties die bij diabetes mellitus horen zijn bijna allemaal terug te herleiden tot de aantasting van de bloedvaten. Op langere termijn wordt de kwaliteit van de bloedvaten in het hele lichaam slechter. Het gaat hier zowel om de grote als om de (hele) kleine bloedvaten. De kleine bloedvaten worden het eerst aangetast. De grotere volgen later. Deze kwaliteitsachteruitgang wordt versneld door sterk wisselende bloedglucosewaarden en het (te hoge) vetgehalte van het bloed.

Mensen met diabetes hebben hierdoor een grotere kans op het krijgen van arteriosclerose.

De informatiebronnen bij arteriosclerose zijn:

- Boek DK 308, verzorgen van chronisch zieke, lichamelijk gehandicapten en revaliderende zorgvragers. Uitgeverij Nijgh Versluys, Baarn Datum: 2002
- www.consumed.nl Dit is een medicijnen-website. Datum 2002-2004
- www.hodebest.nl Deze site is van handelsonderneming best.
- www.merck.be Datum:2000. Merck KGaA, Darmstadt, Germany
- www.ziekenhuis.nl Bron is: Nederlandse Vereniging voor heelkunde. Datum: 1996-2004
- <http://home.iae.nl/users/neuropsy/cva.htm> Datum en uitgever niet bekend.