

Sähköinen rytminsiirto

Mitä polikliininen rytminsiirto tarkoittaa?

Eräiden rytmihäiriöiden (eteisvärinä ja eteislepatus) hoidossa tarvitaan joskus sähköistä rytminsiirtoa. Rytminsiirron tarkoituksena on palauttaa sähköisesti sydämen normaali rytmi eli sinusrytmi. Toimenpide on kivuton ja se tehdään kevyessä nukutuksessa.

Ennen rytminsiirtoa aloitetaan veren hyytymistä vähentävä verenhennushoito. Hämeenlinnan Sydänsairaalassa verenhennuslääkkeinä ovat joko Marevan®, Pradaxa®, Eliquis® tai Xarelto®.

Marevan®-hoidon aikana veren hyytymistä kontrolloidaan viikon välein INR-laboratoriokokeella. INR-arvon tulee olla hoitotasolla yhtäjaksoisesti vähintään kolmen viikon ajan ennen toimenpidettä. Mikäli käytössä on Pradaxa®, Eliquis®, Lixiana® tai Xarelto®, lääkettä käytetään vähintään neljän viikon ajan ja sen käytöstä täytetään erillinen kaavake. Yleensä verenhennushoito jatkuu myös toimenpiteen jälkeen, joko tilapäisesti tai pysyvästi.

Huomioitavat asiat

Koska toimenpide vaatii kevyen nukutuksen, sinun on oltava syömättä ja juomatta toimenpidettä edeltävänä päivänä kello 24 lähtien. Toimenpidepäivänä voit ottaa sallitut aamulääkkeet ennen sairaalaan tuloa pienen vesimäärän kera.

Vointiasi tarkkaillaan toimenpiteen jälkeen. Kotiin sairaalasta pääset samana päivänä, kunhan olet herännyt kunnolla nukutuksesta. Yleensä kotiutus tapahtuu iltapäivällä, noin kello 13–15.

Toimenpidepäivänä et saa ajaa autoa, joten kotimatka tulee tehdä julkisella kulkuneuvolla, omaisen kyydillä tai taksilla, mikäli vointiasi sen vaatii. Toimenpidepäivän tulee olla lepopäivä. Sairauslomaa toimenpidepäivältä saat tarvittaessa lääkäriltä.

Jätä kello, korut ja sormukset sekä muut arvoesineet kotiin.

Elämäntapavinkkejä rytminsiirtopotilaalle

Rytminsiirron jälkeisenä päivänä saat jatkaa normaalia elämääsi. Omilla elämäntavoillasi on kuitenkin suuri merkitys rytmihäiriöiden uusiutumisessa ja ehkäisyssä.

Liikunta ja painonhallinta

Liikunta on tärkeä osa sydänpotilaan elintapahoitoa ja sillä on monia positiivisia vaikutuksia elämään. Liikunta esimerkiksi parantaa suorituskykyä, auttaa painonhallinnassa ja rentouttaa.

Ylipaino on yksi rytmihäiriöille altistavista tekijöistä, minkä vuoksi säännöllinen liikunta ja terveellisen ruokavalion noudattaminen on suositeltavaa. Liikunta itsessään ei aiheuta rytmihäiriöitä, mutta se voi joskus toimia niiden käynnistäjänä. Liikkumista ei tarvitse

kuitenkaan rajoittaa rytminsiirron jälkeen, mikäli koet voitisi hyväksi eikä liikunnan aikana esiinny rytmihäiriötuntemuksia.

Tupakka ja alkoholi

Tupakka ja alkoholi ovat terveydelle haitallisia. Tupakointi nostaa sydämen sykettä, lisää veren hyytymistäipumusta ja veritulppien riskiä. Tupakointi, runsas alkoholinkäyttö ja isot kerta-annokset alkoholia lisäävät rytmihäiriöriskiä. Alkoholi saattaa myös heikentää joidenkin lääkkeiden vaikutusta. Sydän- ja verisuonitautien hoidon ja ehkäisyn kannalta suosittelemme tupakoinnin lopettamista ja alkoholinkäyttöä vain kohtuudella.

Saunominen ja seksi

Saunominen sopii sydänsairauksia sairastaville henkilöille. Saunomisesta aiheutuva kuormitus sydämelle on verrattavissa reippaaseen kävelyyn. Saunomisen tulisi kuitenkin olla kohtuullista ja saunan lämpötilan olla korkeintaan 80 astetta. Sekselämää voi jatkaa entiseen tapaan.

