

# Henkinen stressi aiheuttaa sydämen hapenpuutetta fyysistä rasitusta yleisemmin



Sydänlihaksen hapenkulutus lisääntyy sykkeen, verenpaineen, lihaksen supistuvuuden ja lokeroiden koon kasvaessa. Jos sepelvaltimo ei pysty silloin kuljettamaan happipitoista verta riittävästi yleisen verenkierron heikkouden, suonien ahtauman tai sepelvaltimon supistuksen takia, seurauksena on myokardiumin hapenpuute. Se aiheuttaa rasitukseen liittyvän rintakivun ja hengenahdistuksen, mutta iskemia saattaa olla oireetonkin.

Kaikki sydänpotilaita hoitavat tietävät, että sepelvaltimokipu voi ilmaantua myös henkisen paineen yhteydessä. Yleinen käsitys on, että ainakin oireen toistuessa koronaarit ovat silloin vaikeasti ahtautuneet ja fyysinen suorituskyky on huono.

Yhdysvaltalaiset lääkärit selvittivät, kuinka yleistä henkisen stressin aiheuttama iskemia on vain harvoin ruumiillisessa rasituksessa rintakivun ja aiheuttavassa stabiilissa sepelvaltimotaudissa (Jiang W ym. *J Am Coll Cardiol* 2013;61:714). He tarkastivat 310 keskimäärin 64-vuotiasta po-

tilasta (17 % naisia), joilla oli ollut sydäninfarkti tai joilla oli varjoainekuvauksessa todettu merkittävä sepelvaltimoahtaus. Kaikki tutkittiin rasituskokeella ja kolmella henkisesti kuormittavalla testillä, jotka olivat hankala laskutoimitus, peilikuvan kautta tapahtuva piirtämistehtävä sekä aggressiivinen puhe yleisölle. Sydänlihaksen hapenpuute todettiin EKG:n ST-välin laskusta tai kaikukuvauksen osoittaessa vasemman kamion pumppaushäiriön.

Rasitustestissä havaittiin iskemia 34 %:lla potilaista. Se oli lähes aina oireinen ja ilmeni joka toisella EKG:ssä ja muilla kaikukuvauksessa. Henkinen stressi aiheutti sydänlihaksen hapenpuutteen fyysistä useammin, näin kävi 44 %:lle tutkituista. Hapenpuute oli noin kolmella neljästä oireeton ja ilmeni vain kaikukuvauksessa. Molemmilla kuormitustavoilla iskemia saatiin esiin joka neljännellä potilaalla, joka viidennellä vain henkisen paineen alaisena ja joka kymmenennellä pelkästään fyysisessä rasituksessa. Naisilla oli enemmän stressiperäistä iskemia kuin miehillä ja naimisissa olevilla miehillä vähemmän kuin naimattomilla.

Sydänlihaksen hapenpuute on yleisempää henkisen kuin ruumiillisen rasituksen aikana. Naiset ovat sille miehiä alttiimpia kenties autonomisen hermostonsa herkkyyden vuoksi. Myös naimattomilla miehillä sitä esiintyy naimisissa olevia enemmän. Lieneekö turvallisen parisuhteen puute stressi-iskemian syy, vai tuottaako alun perin ärhäkkä sisuskaluhermosto vaikeuksia myös nais-suhteissa. ■ JP