

Piian kiireinen elämä johti infarktiin ja pallolaajennukseen

Elin kiireistä elämää, tein paljon töitä, stressasin, join paljon kahvia ja söin epäsäännöllisesti, liikuin, kun ehdin, ehkä kerran pari viikossa. Onneksi kesäloma oli edessä, vaikka se kesäloma pysäytti minut. Sain sydänkohtauksen metsälenkiltä kotiin palattuani. Olin ollut koko kevään väsynyt, rintaakin poltteli närästyksen lailla välillä, ahdistikin, joten otin astmaani enemmän lääkettä. Nyt leukaperiä repi, hartiat painoivat, maha oli sekaisin ja sydän tuntui oudolta.

Minut kiidätettiin ambulanssilla Tyksin ensiapuun, jossa todettiin sepelvaltimossa ahtauma. Valvoin järkyttyneenä sydänvalvomossa. Mietin, miksi juuri minulla, 38-vuotiaalla, oli sydämessä vikaa, vaikka juuri terveystarkastuksessa olin saanut puhtaan paperit. Minulle tehtiin käsivarren suonta pitkin pallolaajennus. Operaatio ei pelottanut, eikä se ollut kivulias. Olin hereillä koko ajan. Tiesin, että minusta pidettiin huolta. Heti operaation jälkeen tunsin oloni paremmaksi, pystyin jälleen hengittämään kunnolla.

Pari päivää operaation jälkeen kävely hengästytti. Kuitenkin suhteellisen nopeasti jaksoin taas lenkkeillä ja tehdä kaikkea normaalisti. Muutin samalla elämääni: vaihdoin työnkuvaani, lenkkeilin enemmän, söin kunnolla ja lopetin stressaamisen. Sydän tuntui normaalilta, mutta samalla mieleni musteni ja huomasin, etten enää nauttinut mistään. Onneksi kardiologini oli maininnut, että masentuminen on yleistä sydänoperaation jälkeen, joten osasin hakea apua. Nyt parin vuoden jälkeen olen iloinen oma itseni. Minulla on elinikäinen lääkitys, jonka otan päivittäin. Mittaan verenpainettani säännöllisesti – mitä pitäisi kaikkien tehdä ilman sydänsairauttakin. Olen onnekas, että ahtaumani löydettiin ajoissa – nyt sairauteni on hallinnassa. Älä luovuta, vaan toimi!