



# ► **Važnost preventivnih kardioloških pregleda sportaša**

Iznenadna smrt profesionalnih sportaša ili rekreativaca za vrijeme treninga, natjecanja ili neposredno nakon njih posebno je tragičan događaj, jer se radi o mladim i naizgled zdravim osobama s uglavnom zdravim životnim navikama.

Bavljenje sportom povećava rizik nagle srčane smrti za 2,5 puta u odnosu na rizik kod onih koji se aktivno ne bave sportom.

Daleko je najčešći razlog takvog fatalnog incidenta srčani zastoj koji nastaje zbog do tada neprepoznate srčane bolesti, a kojoj je sportski napor samo "okidač" pogoršanja uz pojavu životno ugrožavajuće srčane aritmije.

Nema sumnje da sport i tjelesna aktivnost koriste našem zdravlju, ali kad intenzivno tjelesno vježbanje prelazi granice našeg tijela, tada fizička aktivnost može biti pogubna u onih kod kojih postoji neprepoznata bolest.

Kod mlađih sportaša uzrok iznenadne smrti najčešće su različite urođene srčane bolesti, neotkrivene prije početka bavljenja sportom (hipertrofijska kardiomiopatija, aritmogena displazija desnog ventrikula, anomalije koronarnih arterija, produženi

QT-interval, Marfanov sindrom, WPW sindrom, prolaps mitralne valvule i dr.) te miokarditisi.

Kod tjelesno aktivnih pojedinaca starijih od 35 godina uzrok iznenadne smrti najčešće su aterosklerotske promjene koronarnih arterija (infarkt srca te životno ugrožavajuće srčane aritmije).

Najbolja su prevencija za sportaše temeljiti sistematski pregledi kojima je svrha pravodobno otkrivanje strukturalnih ili funkcionalnih srčanih anomalija.

Rizik od iznenadne srčane smrti procjenjuje se temeljitom anamnezom (razgovorom) sa sportašem ili s roditeljem djeteta, pregledom i EKG-om.

U osobnoj anamnezi posebno je važan podatak o nesvjesticama, aritmijama, boli u prsima i zadusi.

Vrlo je važan podatak o eventualnoj iznenadnoj srčanoj smrti mlađih članova u obitelji.

EKG može otkriti mnoge strukturne i funkcionalne srčane anomalije pa bi trebao biti neizostavan dio rutinskog pregleda svakog sportaša. U slučaju bilo kakvih sumnji o potencijalno opasnoj srčanoj bolesti, potrebno je učiniti dodatne pretrage, kao što su

ultrazvuk srca, ergometrija, Holter EKG-a, magnetska rezonancija i CT srca, koronarografija, elektrofiziološko ispitivanje i dr. Osobe s dijagnosticiranom ozbiljnom srčanom bolešću ne smiju se baviti natjecateljskim sportom. Dopuštena im je rekreativna tjelesna aktivnost, ali opterećenje smije biti niskog do umjerenog intenziteta, ovisno o srčanoj bolesti.

Ograničenje ili čak zabrana bavljenja sportom mnogim sportašima značajno mijenja život, ali očuvanje sigurnosti i zdravlja pojedinca (sportaša) mora biti prioritet svih nas.



*Autor:* **Dalibor Cukon**, doktor medicine, specijalist internist

*Recenzija:* **Roberta Katačić**, doktorica medicine, magistra javnog zdravstva

